پاڵنەرەکانی خۆسووتاندنی
ژنان لەکۆمەڵگای کوردیدا

توێژینەوەیەکی مەیدانییە
لەناو شاری سلێمانیدا ئەنجامدراوە

یەکێتی ژنانی کوردستان
بەشی تەندروستی

ئامادەکردنی
ئاواز عەبدوڵا

ناوی کتێب: پاڵەرەکانی خۆسووتاندنی ژنان لەکۆمەڵگای کوردیدا
ئامادەکردنی: ئاواز عەبدوڵا
مۆنتاژو بەرگ: ئومێد محەمەد
تیراژ: ٥٠٠
چاپخانە: تەوار
چاپی یەکەم: ٢٠٠٨
ژمارەی سپاردن: (٢٠٩٢) ی ساڵی ٢٠٠٨ ی پێدراوە

لەبڵاوکراوەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان
زنجیرە-٢٩-

پێشکەشە بە :-

سـکرتێری یەکیـێتی ژنـانی کوردسـتان بـەڕێز خـاتوو (کافیـە سـلێمان) ، ماندوونەناسانە هەوڵ دەدات بۆ هێنانەدی مافەکانی ژن

سوپاس و پێزانین

*بەڕێز دکتۆر (شێرکۆ عبداللە) هاوکاری کردین کە ڕێگە بدرێت نوێنەری یەکێتی ژنانی کوردستان لە نەخۆشخانەی ئیمیرجینسی فۆرمەکان پڕبکاتەوەو خاتوو (روونـاك فـرج ئاغـا) لێپرسراوی بەشی تەندروستی هاوکاری وکارئاسـانی بـۆ پەیوەندی وکۆبونـەوەکان لـە بەڕیوەبەرایـەتی تەندروستی سلێمانی و نەخۆشخانەی ئیمیرجینسی بۆئەم مەبەستە.

*هـاوڕێ ی بـەڕێز (سـۆران سـعید) هاوکـاری کـردین وەك توێـژەرێکی کۆمەلأیەتی لە هەندێك گۆڕانکاری لە توێژینەوەکەدا.

*بەرێزان(مامۆستا)سەرۆکی بەشی کۆمەڵناسی،(دکتـۆر ئـەفرام) پزیـشکی دەروونـی، (تـەلار لـەتیف) پـارێزەر. بـە سـەیرکردنەوەی فـۆرمی توێژینەوەکەوتوێژینەوەکە بەگشتی و ڕاوبۆچونیان.

*لقـی سـلێمانی یەکیـێتی ژنـانی کوردسـتان- لـە پڕکردنـەوەی فۆرمـەکان و کۆکردنەوەی داتاوزانیارییەکانی فۆرمەکە بە کۆمپیوتەر.

پێشەکی :-

ئەمرۆ کە دنیا گەیشتۆتە جەنجاڵترین ساتەکانیو چەندین چەمکی جۆراوجۆر رۆژانە پەیدا دەبنو هێندەی تر سەرقاڵبوون زیاتر دەکەن، هێشتا هەندێك دیاردە ماون کە لەسەردەمانێکی پێشترەوە سەریان هەڵداوەو بەردەوامیان گەیشتۆتە ئەمرۆ. ئەگەر کەمێك وورد بڕوانین بە ناو کۆمەڵگەی کوردیدا، یەکێك لەو دیاردانەی ڕەنگی داوەتەوەو قسەو باسی لەسەر دەکرێت بووە بەدیاردەیەکی کۆمەڵایەتی خۆسوتاندنەو سووتانە، کە هەردوو ڕەگەزی گرتۆتەوە بەڵام بەڕێژەیەکی زیاتر لەناو ڕەگەزی مێینەدا. ڕاستە لەهەموو وولاّتانی جیهاندا پەنا بردن بۆ خۆکوشتن دیاردەیەکەو بەداخەوە ڕێژەکەی لەزیاد بوندایە ئەوەی جیاوازە لە وولاّتاندا بۆ خۆکوشتن پەنا بۆ ئاگر نابەن .

دیارە هەندی ّلەو ڕووداوی سووتاویانە بەڕێکەوتو بەهۆی بەکارهێنانی ئامێرو کەلوپەلی پێویستی رۆژانەوەیە، هەندێکیشیان هۆکاری تاوانیان لە پشتە کەم تا زۆر مێرد یان کەسوکاری مێرد یان ئەندامانی خێزان بەشێوەیەك لەشێوەکان هۆکارێك بوون لە ڕوودانی ئەو جۆرە ڕووداوە خامناکانەی بە خۆسوتاندنی ژنان ناسراوە .بۆیە زۆرجار حاڵەتی سووتاوی بۆ هەندێك دیاردەی کۆمەڵایەتی وەکو (هەڵچوونوگرفتە دەروونی یەکان، فشاری کۆمەڵایەتی) دەگەڕێتەوە وا دەکات کۆنترۆڵوهاوسەنگی عەقڵی تێدا لەدەست دەچێت.

کەوابێ گریمان حاڵەتەکە بێ هیچ پلانێکی پێشووترە بەهۆی هەڵچوونی دەروونی کتو پڕەوەیە و توشبوون بە حاڵەتێکی نامۆ بوون لە ژیاندایە. تێڕوانینو بۆچونمان بۆ ئاگر تا ئەو ئە ندازەیەی هەست دەکەین هیچ ئازارێك هێندەی ئازاری سووتانو ئاگر بەهێز نیە، سووتاوی قورسترین برینەو ئازارەکانی ئاگر لە هەموو ئازارەکانی تر زیاترو ناخۆشترە، زامەکانی

سووتان لەهەموو زامەکانی تر قوڵترە، ئاگر ترسناکە ترسناکتر لە فیشەك،چەقۆولەمەرگی خنکانی ئاوو هەموو ژانەکانی تری مەرگ. ئایا هەڵچوونی دەروونی بەسە بۆ کۆتایی هێنان بە ژیان؟ وە بۆچی لە ڕێگاکانی خۆکوشتن دا پەنا دەبرێت بۆ ئاگر؟ دیارە ئاگر لەو پیاوانە فێنکترو بە بەزەیی ترە.

لەو ساتەی کە مرۆڤێك بڕیارێکی توند وەرئەگرێو خۆی ئەسوتێنێ، پاشان کاتێك هەست بە ئازاری سووتان ئەکات بەخێرایی بەرەو نزیکترین جێگا ڕا ئەکات بۆئەوەی یەکێك بدۆزێتەوە ئاگرە کلّپە گرتووەکەی بۆ بکوژێنێتەوەو ڕزگاری بکات، هەرچەندە ئەو ڕاکردنە ئاگرەکە زیاتر خۆش دەکاتو مەترسی زیاتر ئەبێ و چارەسەرکردنیشی قورستر ئەبێ.

کەواتە ئەوانە کێن کە وا لەژنان دەکەن جەستەی خۆیانو سۆزی مناڵەکانیان بەئاگر بسپێرن، ژن دایکە لەهەموو مەخلوقێك بەسۆزترەو میهرەبان ترە، ئەو ئەژدیهایانە کێن؟ لەجێی گوڵو شوشەی عەتر شقارتەیەكو گالۆنێك نەوت ئەکەنە دیاری ئەو مەخلوقانەی بەهەشت لەژێر پێیاندایە، کەی ژن وەك مرۆڤ سەیر دەکەن؟ کێ حەز دەکات بسوتێتو بشێوێت؟ کێ ئەیەوێت جەستەی ببێتە سوتماك؟ ئایا ئەو ئازارە چرکە ساتەکانی تووڕەبون دروستی دەکات؟ ئایا بۆ تۆڵەسەندنەوەو ئازاردانی ئەوی ترمان پێ دەبەخشێت؟ ئەمانە پرسیار گەلێکن کە سانا نیە سەرپێی وەلاّمیان بدرێتەوە بۆیە ئەم توێژینەوەیە دەیەوێت کە بەشێوەیەکی زانستی ڕونکردنەوەیان لەبارەوە بدات وە لەهەمان کاتدا هەوڵدەدات داتایەکی باوەڕپێکراو بخاتە ڕوو وە ڕاپرسیدیاردەکە بکاتو دەرئەنجامەکان بەدیار بکات.

پێرست- ناوەڕۆك

هەوڵەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان
بۆ کەمکردنەوەی ڕێژەی خۆسوتاندن :-

لە دوای زیاد بونی ڕێژەی خۆسوتاندنو سووتاوی لە سلێمانیو دەوروبەری بەتایبەت وەك لە ئامارەکاندا هاتووە لە دوای ساڵی ١٩٩٦ بەگشتی ڕێژەیەك لە ژنان بۆ خۆکوشتن پەنا بۆ جۆری خۆسوتاندن دەبەن بەتایبەت ئاماری ساڵی ٢٠٠٦ کە گەورەترین دەنگدانەوەی لەسەر ئاستی میدیاو ڕاکەیاندنەکان بووە هۆی قسەو مشتو مڕێکی زۆر لەسەر بوونی دیاردەکە کە ئەم ئامارە لە تەمەنی (١ ساڵ بەرەو خوار تا سەروو ٥٠ ساڵ) کۆی گشتی وەرگیرابوو بێ ئەوەی جۆرو هۆکارو پلەی سوتاوییەکان دیاریی بکرێت لە نێوان هەردوو ڕەگەزدا.

بۆیە یەکێتی ژنانی کوردستان وەك بەردەوام لەهەوڵی کەمکردنەوەی دیاردە ترسناکەکانی کە کاریگەریی لەسەر بارودۆخی ژنان هەیە لەبەرنامەو پلانی کاری خۆیدا لە ساڵی ٢٠٠٧ دا ئەم پێشنیارانە لەلایەن خاتوو (روونـاك فـرج ئاغا) خرانە بەردەست لایەنە پەیوەندیدارەکان لەلایەن بەشی تەندروستی جێبەجێکرا .

– پێشنیار بۆ جێبەجێکردنی بەرنامەی هەڵمەتێکی هۆشیاری کە پرۆژەیەك بوو بۆماوەی (٦) مانگ بەهاوکاری بەڕێوەبەرایەتی گشتی پەروەردەی سلێمانی کە لەنێو خوێندنگە (ناوەندیو دوا ناوەندییەکان)ی شاری سلێمانی (٢٥) خوێندنگە سوودمەند بوون کۆی گشتی بریتی بوو لە (٥٥١٦) کچوژن کە ستافی پرۆژە بریتی بوو لە (١٠) ئەندامی یەکێتی ژنانی کوردستان کە لەکۆڕوسیمینارەکان دا لەسەر دیاردەی خۆسوتاندن کە ژنانوکچان هۆشیاربکرێنەوە لەڕووی تەندروستیو کۆمەڵایەتی یەوەو ئاکامە خراپەکانی دوای سووتان وە خۆپاراستن ئەو هۆکارانەی دەبنە هۆی سووتان لە نێو خێزانو کۆمەڵگەدا وە فۆرمێکی ئیستبیانی دابەشکرا بۆوەرگرتنی

ڕاپرسی لەسەر بوونی دیاردەکەو ئاستی ڕۆشنبیری خوێندکار لەسووتانو تاچەند ڕوویداوە یەکێك لەئەندامی خێزان سووتابێت.

– سیمینار بۆ سەرجەم ڕێکخراوەکانی ژنانو کۆمەڵگەی مەدەنی کە تیایدا (٢٥) ڕێکخراو نوێنەریان بەشداری کرد بەسەرپەرشتی پزیشکی پسپۆر بۆ باسکردنی خۆسوتاندنو خۆکوژی وە نمایشکردنی کورتە فلیمێك کە لە نەخۆشخانە وێنەی چەند سووتاوێك لەلایەن ڕاگەیاندنی یەکێتی ژنانی کوردستان ئامادەکرابوو پێشکەش کرا.

– پێشنیار بۆ وەرگرتنی ئامارو داتای ئەو کەسانەی ڕووبەڕوی سووتان دەبنەوە لە نەخۆشخانە بەشێوەی فۆرمێك بێت کە زانیاری گشتیو تایبەت بەنەخۆش وەربگیرێت کە هۆکاروجۆرو ڕادەی سووتاویەکە دیاری بکرێت نەك تەنها ناوەکانیان و چەند پرسیارێکی سەرەتایی تۆمار بکرێت. ئەم فۆرمە لەسەرەتای ساڵی ٢٠٠٧ تایبەت بوو بەو کەسانەی ڕوودەکەنە نەخۆشخانەی ئیمیرجینسیو ئەم توێژینەوەیە ئەنجامی ئەو ڕاپرسیە یە.

دەروازەی یەکەم

لایەنی تیۆری

بەشی یەکەم:

تەوەری یەکەم- چوارچێوەی گشتی توێژینەوە

١-ئامانجی توێژینەوە

٢-گرنگی لێکۆڵینەوە

٣-ئاستەنگەکانی توێژینەوە

٤-بواری توێژینەوە

تەوەری دووەم

دیاریکردنی چەمك‌و زاراوەکان

١-خۆکوشتن

٢-مەرگ

٣-خێزان‌و ژینگە

٤-پەروەردە

٥-کۆمەڵگا

٦-گرفت‌وگرێ دەروونیەکان

٧-تورەبوون‌و هەڵچونەکانی مرۆڤ

٨-پاڵنەرەکان

٩-بڕیار وەرگرتن

بەشی دووەم:

تەوەری یەکەم

★ئامارەکان‌و سەرژمێری سووتان‌وخۆسوتاندن .

★پلەکانی سووتاوی

تەوەری دووەم

توێژینەوەی پێشوو

بەشی سێیەم:

تەوەری یەکەم

★هۆکارەکانی خۆسوتاندن

★کاریگەری‌و خەتەرییەکانی خۆسوتاندن لەسەر کەسێتی ژن

تەوەری دووەم

★هەڵبژاردنی ئاگر لەلای ژنان بۆمەرگ

★رۆڵی دامەزراوەکان‌و کاریگەری لەسەر دیاردەی خۆسوتاندن

دەروازەی یەکەم

بەشی یەکەم:-

تەوەری یەکەم /چوار چێوەی گشتی توێژینەوە

١- ئامانجی توێژینەوە:-

ئەم لێکۆڵینەوەیە تایبەتە بە دیاردەی خۆسوتاندنو سووتاوی، لەسنوری شاری سلێمانیو دەوروبەری، بۆیە ئامانجەکانی بەشێوەیەکی گشتی لەوەدا خۆی دەبینێتەوە کە :-

أ- زانینی جۆرو ڕادەی سووتاوی کە بەهۆی ڕووداوی جۆراوجۆر ڕۆژانە تووشی تاکەکانی کۆمەڵ دەبێت بە تایبەت ژنان.

ب- دەرخستنی پاڵنەرەکانو ئەو هۆکارەکانی وا دەکات ژنان پەنا بۆخۆسوتاندن بەرێت لە خێزانوکۆمەڵدا .

ت- دیاریکردنی ئاسەوارو کاریگەرییەکانی سووتان کە دەبێتە هۆی پەشیمانی و دابڕان لە کۆمەڵ و پەنابردن بۆنەشتەرگەری بۆ شوێنەواری سووتاوی .

پ- ئامانجی بە ئاگا هێنانەوەی ژنو پیاوانی کۆمەڵگەیە بۆ هەستکردن بە گەورەیی ئەم کێشەیە وە تاچەند کۆمەڵگەی پیاو سالاری ڕەنگدانەوەی لەسەر خێزانەکان هەیە.

٢- گرنگی لێکۆڵینەوە:-

لێکۆڵینەوە لەسەر دیاردەیەکی کۆمەڵایەتی وەك خۆسوتاندنو سووتان کە زۆرترین زیان لەسەر ژنان بەجێ دەهێڵێت لە ڕووی جەستەییو دەروونی لەم ڕوانەوە گرنگە:-

یەکەم/ ناسینی ڕادەو پلەی سوتانو ژمارەی سووتانەکان لەنێو ژناندا، هەولێکە بۆ دەرخستنی قەبارەی دیاردەکە.

دووەم/ کەمی لێکۆڵینەوەوسەرچاوەوداتا لەم بوارەدا وەك پێویست ئاوڕی لێنەدراوەتەوە.

سێیەم/ ڕوونکردنەوەوزانینی هۆکارو پاڵنەرەسەرەکیەکان کە وا لەژن دەکات پەنا بۆخۆسوتاند ببەن.

چوارەم/ زانینو هەست کردن بە گرنگترین ئەو گیروگرفتانەی دەبنە هۆی خۆسوتاندن.

پێنجەم/ زانینی کاریگەریو خەتەرییەکانی دوای خۆسوتاندن وە بۆچوونی ژنان لەسەر دیاردەکە.

٣. ئاستەنگەکانی توێژینەوە:-

دیاردەی خۆسوتاندنو سووتاوی یەکێکە لەو دیاردە کۆمەڵایەتیانەی کە ئەمڕۆ لە کۆمەڵگەی کوردیدا هەستی پێ دەکرێت، ئەمڕۆ هەست بەکاریگەرییەکانی دەکرێت لەسەر بارودۆخی ژن لە خێزانو کۆمەڵگەدا، لێرەوە ئەو کۆسپانە دیاری دەکرێت :-

یەکێك لەو کۆسپانەی گرفتی سەرەکی توێژینەوەکەیە لەوەدا خۆی دەبینێ کەمی سەرچاوەو زانیاری لەسەر خۆسوتاندن بەهۆی وەرگرتنی ئامار ئاسان نیە لای ئێمە چونکە سەرچاوەکانی زانیاری لاوازن یا نهێنییە بەناوی پاراستنی حاڵەتی تایبەت دەکرێت .

پێویستە باسی ئەوەش بکەین کە هەندێك لە ژنان بەهۆی ئازارو زۆری سوتاوییەکەیان نەیانتوانیوە وەڵامبدەنەوەبە ئاماژەی دەست یا سەرلەقاندن وەیاخود بەهۆی وەرگرتنی زانیاری لە کەسوکاری نەخۆش وەڵام وەرگیراوە.

وە ڕێگری لەلایەن بەشی سووتاوی کە دەیانەوێت کەمترین زانیاری بچێتە دەرەوەو بەناوی پاراستنی بەرژەوەندی تایبەت ئەم کارە دەکرێ، بەڵام ئەوانە نازانن چ کاریگەری خراپ دەبێ لەسەر سەرچاوەی زانیاری.وە پاڵنەرێکە بۆئەوەی ئەم دیاردەیە بەشاراوەیی بمێنێتەوەو تەشەنەبسێنێت.

٤- بواری توێژینەوە:-

بواری شوێن/ ئەم لێکۆڵێنەوەیە لە ناو نەخۆشخانەی ئیمیرجینسی سلێمانی

ئەنجامدراوە ئەو کەسانەی ڕوویان کردۆتە ئەم نەخۆشخانەیە.

بواری مرۆیی/ بەپێی ئەو سەرچاوانەی زانیاری ژمارەی سووتاوەکانی ساڵی ٢٠٠٧ کە سەردانی نەخۆشخانەی ئیمیرجینسی کراوە بریتیە لە (٢٦٦) کە (٢٦٠)فۆرم شیاویبەکار هێنان بوو بۆ شیکردنەوەکان،(٦) فۆرم تەنها ناوەکانیان تۆمار کراوە لەبەرئەوەی نەخۆشەکان وەڵامی هیچ زانیارییەکیان نەداوەتەوە.

بواری کات/ لەسەرەتای ساڵی ٢٠٠٧ دا دوای ڕەزامەندی لایەنی پەیوەندیدار لەسەر پێشنیارەکەی یەکێتی ژنانی کوردستان بۆ وەرگرتنی ئاماری مانگانەی ڕووداوی سووتانو پڕکردنەوەی فۆرمی زانیاری تایبەت بە سووتان مەبەستمان بوو داتاکان لە ماوەی ساڵێکدا کۆبکەینەوە بۆ ئەوکەسانەی ڕوودەکەنە نەخۆشخانەی ناوبراو،داغڵکردنو تفریغکردنی فۆرمەکانو ئامادەکردنی خشتەوشیکاری سادەو لایەنی تیۆری-سەرجەم چەمكو زاراوەکان دیاریکراوە،پلەوجۆری سوتان لەگەڵ ئاماری سووتان لەساڵانی پێشوتردا دیاریکراوەو دواتر هۆکارەکانو خەتەرییەکانی خۆسوتاندن باسکراوە بەدوایدا ئەنجامەکانو پێشنیارەکان خراوەتە ڕوو.

بەشی دووەم

چەمكو زاراوەکان

١-خۆکوشتن:-

پرۆسەیەکە کە تاك لەناو دەچێت لەلایەن خۆیەوە پێشی دەوترێت خود کوشتن، وەڵامێکە بۆ نارازی بوون وە دیاردەیەکی کۆمەڵایەتی یەو لە مێژەوە هەیە کە بەرێژەی دیاریکراو خۆکوشتن هەیە لەهەر نەتەوەو کۆمەڵگەیەکدا جیاوازی ئەوەیە لەکوردستاندا خۆکوشتن لەجۆری خۆسوتاندن پەنای بۆ دەبرێت ئەمەش ڕەنگە بۆ چەند پاڵنەرێك بگەرێتەوە لەوانەش ئاسان دەستکەوتنی ماددەی خۆکوشتنەکە کە پاڵنەری سووتەمەنی یە لەنێو ماڵدا،یا مانەوەی کاتی زۆر لەگەڵ ئاگر لەکاتی کاری نێوماڵدا کە وا دەکات پاڵنەرێك بێت ژن کەمتر بترسێت لەخودی ئاگرو بەکاری بێنێت بۆ خۆسوتاندن .

(دورکهیم) لە لێکۆڵینەوەیەکدا لەسەر دیاردەی خۆکوشتن بە چەندین شێوەو هۆکارەوە گرێ دەدات یەکێك لەوانە دەڵێت" پەیوەندی بە کەسێتیەوە هەیە، هەندێکی تر پەیوەندی بە دەوروبەرو ژینگە کۆمەڵایەتیەکەیەوە هەیە".

زانای کۆمەڵناسی فەرەنسی وە امیل دورکاهیم لە کتێبی (خۆکوشتن)دا باس لەجۆری خۆکوشتن دەکات بەهۆی ئەوەی کە تاك لەگەڵ کۆمەڵوکۆمەڵگەدا بەهەر هۆیەك بێت ناتوانێت ئەو پەیوەندییە گەشەپێبدات لە کۆمەڵگەدا، کە ئەو کۆمەڵگەیە ناهێڵێ تاك بەشداری لەچالاکیو حەزوئارەزووەکانی دا بکاتوهەلی بۆ نارەخسێنێ بۆهێنانە دی ،بۆیە تاك هەست دەکات دوورەپەرێزە لەئامانجوئاواتوئارەزووەکانی لەکۆمەڵگەدا کە ئەم جۆرە لە بەتەمەنەکان ،نەخۆشو بێوەژن دا ڕوودەدات. وە جۆرێکی تر لە خۆکوشتن باسی دەکات بەهۆی لەدەست دانی کۆنترۆڵی

پەیوەندییەکانی تاك کاتێك ناشرین کردنی خوورەوشتوهەڵسوکەوتو بەهای کۆمەڵگە لەڕەوشتو لاوازکردنی دابونەریتی کۆمەڵایەتی دروستکردنی ئاژاوەو فساد لەکۆمەڵگەدا ڕوودەدات وا دەکات ئەو کەسانەش کە تووشی خەمۆکیو نەخۆشی دەروونی ببن لەم جۆرە کۆمەڵگەیەدا بەتەمەنەکانو تەلاٌقدراو بەڕێژەی زیاترە. (د.احسان، سالٌی ١٩٩٩ ،موسوعه العلم الاجتماع ،لا لا٧٦-٧٨) [١]

بەپێی ئەم بیروڕایە تاکەکانی کۆمەڵگە کە پەنا دەبەنەبەرخۆکوشتن بەدوو شێوەی جیا دەگەڕێتەوە سەر کاریگەرییەکانی کۆمەڵگە لەسەر ژیانی تاك وەك باسکراوە لەبەتەمەنەکان،نەخۆش،بێوەژن دا هەلی گەشەپێدانی پەیوەندییەکانیو نەڕەخساندنی بواری بەشداریکردن لەکاروچالاکی کۆمەڵایەتیدا ئەمەش وا دەکات ئەم کەسانە دووە پەرێزبنو تووشی دابڕان لە کۆمەڵ دەبن. وە بەهەمان شێوە بەهاوداب‌ونەریتی کۆمەڵایەتی کاریگەریی دەخاتە سەر لەدەستدانی کۆنترۆڵی پەیوەندیەکانی تاك هەر لەهەڵبژاردنی هاوڕێ لە ژیانی کۆمەڵایەتیدا کۆمەڵێك سنور دانراوە کە ناتوانێ پەرەبەو پەیوەندیانەبدات ئەمەش تەنها لەنیۆ گەنجاندا ڕوونادات بەڵکو بەهۆی قۆناغی تێپەڕاندنی تەمەنی تاك لە کۆمەڵگەدا و داب‌ونەریت ڕەنگدانەوەی دەبێت لەسەر فۆناغی پیربوون وادەکات تووشی خەمۆکی ببن لەهەمان کاتدا لە کۆمەڵگەدا ژنێك کە قۆناغی ژیانی هاوسەری نەگونجاو بێت و هەڵوەشانەوەی خێزانی بەدوا بێت ئیتر لەکۆمەڵگەی ئێمەدا بەناشرین کردنی خورەوشتو هەڵسوکەوتی وا ناودەبرێت تەلاٌقدراوە ئەمانەش کاریگەری خراپ لەسەر کەسێتی ئەو ژنە بەجێدەهیلێێتو تووشی خەمۆکیونەخۆشی دەروونی دەکات کە بۆچی ئەم ژنە تەلاٌقدراوە؟.

خۆکوشتن لەهەموو تەمەنێکدا ڕوودەدات،هەرزەکاریوسەرەتای لاوێتی ترسناکترین قۆناغن هەروەها لەدوای تەمەنی (٦٥)ساڵی زۆر زیاد دەکات

بەتایبەت لەوپیرانەی کە بەتەنیا دەژینو نەخۆشی درێژخایەنیان هەیەولە ڕابردوویان ڕازی نین،وە ڕێژەی خۆکوشتن لەمنالاٌندا زیاتر دەبێ لەنێوان تەمەنی (١٣-١٥)ساڵی بەچەند هۆکارێك لەوانەش (دڵەڕاوکێ،هستریا،خەمۆکی،هەڵوەشانەوەی خێزان،مردنی کەسێ‌نزیك)ڕێژەی خۆکوشتن زیاددەکات. زۆرینەی خۆکوشتنی گەنجان بەهۆی هۆکاری زروفی دەرەکیە وەك (فەشەل، ئیفلاس،ناپاکی هاوسەریی،ماددەبێهۆشکەرەکان، نەخۆشی دەروونیوبیکاریی)هەندێجار هۆکاری خۆکوشتن لە ژناندا بەهۆی خۆپارێزی یان کامڵیەوەیە وەك (بەردەوام مانەوەی هاوسەر شەوانە لەدەرەوەی‌ماڵ،تەلاٌقدان،دەرنەچوون لە خوێندن...هتد) (د.ناجی،الانتحار،دراسه نفسیه-اجتماعیه للسلوك الانتحاری،ص١٥٨) [٢].

لەڕوانگەی ئایینەوە خۆکوژی دەرکردنی گیانە لەجەستە بەبێخواستو داوای خاوەن گیانە دیارە ئەمەش هەڵوێستێکی ناڕەوایە دژ بەو چارەنووسە کەلە دەرەوەی مرۆڤ دیاری ئەکرێ.خۆکوژی بەتەواوی مانا کافرەو ئەچێتەدۆزەخ ئەمە لەڕوانگەی ئاینەوە. بەلاٌم وێڕای ئەمانەش کۆمەڵێك هۆکاری تری کەلتوریوفەرهەنگی بۆ دزێوی ئەم کردەیە لەناو کۆمەڵگادا هەیەخۆکوژی وەك هەموو جۆرێکی تری قەتڵیو مرۆڤکوژی ئەوپەڕی توندوتیژییە، وەخۆکوژی تەنیا نموونەی توندوتیژی مرۆڤ نیە بەرامبەر بەخۆی. ئەوەی کە هەموو جۆرەکانی توندوتیژی مرۆڤ بەرامبەر بەخۆی لەدوو ڕستەی سەرەکی دا کۆبکاتەوە ، توندوتیژییە کە لە ئومێدەوارییەوە سەرچاوە ئەگرێو توندوتیژییەك کە بەهۆی نائومێدی داماوییەوە کە ئومێد چاوەڕوانیو داخوازی مرۆڤە بۆ ژیان لەداهاتوودا . (عەتا نەهایی،گۆڤاری رەهەند ژمارە ١٦-١٧ تیۆر کلتور راڤەکردن لا ٢٣٧) [٣].

(ڕێگاکانی خۆکوشتن:-

-خۆخنکاندن

- بەدەرمان
- خۆفڕیدان لە شوێنی بەرزەوە
-ژەهراوی بوون بەدوکەڵی یەکەم ئۆکسیدی کاربۆن
- خۆسوتاندن
-بەهۆی چەکەوە

کەواتە خۆسوتاندن یەکێکە لەڕێگەکانی خۆکوشتن کە لە کۆمەڵگەی کوردەواریدا زیاتر قسەوباس لەسەر ئەم ڕێگەیە دەکرێت بۆ مەرگ کە ئەمەش بۆ چەند گریمانەیەکی دەگەڕێنینەوە وەکو ڕەنگە ئەو کەسە بەهۆی دابونەریتی کۆمەڵایەتی لە کۆمەڵگەی کوردیدا کە زۆرجار بۆ دەربڕینی نارەزایەتی کەسانێك دەچنە سەرجادەو خۆیان دەسوتێنن، لەکاتی بەهارو نەورۆزدا خۆشی دەربڕین بە کردنەوەی ئاگر لەبەرامبەر کەسی ناحەزدا، بیروڕای زەردەشتی بە ئاگر وە زۆر کات دەستەواژەی کلپەی ئاگر بە بڵێسەی ئاگر،لەشیعرەکاندا بەکاردێت بۆ دەربڕینی لایەنی خۆشی یا ناخۆشیو وەسفکردن بە ئاگر،لەلای ژنی کوردیش هۆکاری هەڵبژاردنی ئاگر هەردوو مانای خۆشی‌وناخۆشی (خێروشەڕ)ی پێدەبەخشێت بۆ خۆلەناوبردن. یاخود بەهۆی بەکارهێنانی بەردەوامی ئاگر لەکاری ڕۆژانەدا دەبێتە هۆی ئەوەی ئاشنایی لەگەڵ ژن ئاسان بکاتو یا ئەو کەسە نایەوێت بسوتێتو بشێوێت بەڵکو دەیەوێت تەنها بۆ ترساندنی بەرامبەرو بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر لەکاتی کێشەدا دەستەواژەی "لەداخی تۆ خۆم دەسوتێنم" بەکاردێنێ ئەمەش پاڵنەرێکە بۆئەوەی لە دووبارەبونەوەی کێشەکەداو پەنا بۆ خۆسوتاندن بەرێت بۆیە لەم کاتانەدا ئاسانترین شت کە لە بەردەستدایە نەوتو شقارتەکەیە بۆ لەناو بردنی خۆی.خۆسوتاندن پاڵنەرێکە لە بێئومێدییەوە لە ژیان بۆ ئومێدەوارییەوە سەرچاوە ئەگرێ لە ژیانی داهاتوودا.

(سووتاندن) لەئاستی جیهاندا بە پلەی چوارەم دێت بەڵام لە کوردستان بەپلەی یەکەم دێت. چونکە نزیکترینو ئاسانترین ڕێگایە دەتوانن وەکو چەکێکی ئاسان بەکاریبهێنن. (ڤیان دزەیی، خۆسوتاندنو تێڕوانینو چارەسەر ، هەولێر ٢٠٠٨، لا ٣٩)[٤].

ڕەفتاری خۆکوشتن دەکرێت بە پێنج ئاست ئەوانیش (بیری خۆکوشتن، هەڕەشەکردن بەخۆکوشتن، ڕەفتاری خۆکوژی، هەوڵی خۆکوشتن، خۆکوشتنی تەواوەتی) لێرەدا باسی پێنجەمین ڕەفتار دەکەین کە کەسەکە بەتەواوی کۆتایی بەژیانی خۆی دێنێت، بەهەر ڕێگەیەك بێت ،سوتان،دەرمان خواردن، دەمانچە...هتد) .

لەکۆمەڵگەی خۆماندا مێینە زیاتر پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن کە هۆی سەرەکی ئەوەش دەگەڕێتەوە بۆ ئاسانیو دەستکەوتنی نەوت زۆرجار هۆیەکەشی دەگەڕێتەوە بۆ بوونی کێشەی کۆمەڵایەتی ئەوەشمان بیرنەچێت کە خۆسوتاندن مەرج نیە زۆرینەی حاڵەتەکان بێت چونکە بەکارهێنانی دەرمانیش ڕێژەیەکی بەرچاو پێك دەهێنێت بەڵام لەبەرئەوەی خۆسوتاندن ماکەکانی دەمێنێتەوە زیاتر هاوڵاتیان ئاگاداری دەبن و دەزگاکانی ڕاگەیاندن زیاتر لەسەری دەدوێن وا دێتە بەرچاو لەهەموو ڕێگاکانی تر زیاتر بێت یا هەندێ جار تاکە ڕێگە بێت. (د.افرام، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، سالا ٢٠٠٦، هژمار ٥، لا ٤٤)[٤].

لەم توێژینەوەیەدا ئەو ڕێگەیەی پەنای بۆدەبرێت باسی لێوەدەکرێت خودکوژی سووتانە بە ئاگر.

٢. مەرگ (مردن):-

مردن یەکێکە لە گەورەترین نهێنەیەکانی ژیان ،زۆربەمان حەز دەکەین بزانین دوای مردن چی ڕوودەدات، بیروڕای جیاواز لەسەردوای مردن هەیە، شتەکان بەلێڵی دەمێنێتەوە بۆ مرۆڤێك کە هێشتا ئەم قۆناغەی نەدیوە

لەگەڵ ئەمەشدا زۆرکەس پەلە لەوە دەکەن بگەنە مردن ،بەواتایەکی تر دەیانەوێت خۆیان بکوژنو خۆیان دەسوتێنن.

مەرگ گۆڕانی شکڵو شێوازی ژیانی مرۆڤ لەسەر زەوی کۆتایی پێدێتو لەئاسمان دەست پێئەکات، بەپێی تێگەیشتنی کۆمەڵگای کوردی کەسەرچاوەی لەفەرهەنگی ئایینیو بەتایبەت ئیسلامیدایە،مەرگ هەقە. بەلاّم ئەم هەقبونەی مەرگی مرۆڤ بەمانای ناهەقی ژیانوبەرابەریی لەگەڵ نەبوندانییە.بەم تێگەیشتنە مەرگی مرۆڤ ئەوەیە مرۆڤ ئەمرێ واتە لەژیانو بونی ناو ئەم دنیا مادییە ئەپەڕێتەوە بۆ ژیانوبوون لە جیهانێکی ماددیومەعنەوی. ئەم بۆچونە ساتەوەختی مردن، ساتەوەختی جیابونەوەی گیانە لە لەش .

مەرگ واقیعێکی حاشا هەڵنەگرەو بەدووجۆری سەرەکی ڕووبەڕوی مرۆڤ دەبیتەوە یەکێکیان مەرگێکە کە خۆیمان بەسەردا فەرزدەکات بە بێ ئەوەی کاتوشوێن وشێوازەکەی لەلایەن مرۆڤەوە بێت پێی دەوترێت مەرگی ئاسایی ئەویتریان کە مرۆڤ بەڕادەیەکی کەم یا زۆر رۆڵی هەیە لە دیاریکردنی کاتوشێوەو شێوازیدا.

ئەم مەرگی نائاساییە لەفەرهەنگوکەلتووری کۆمەڵگەی ئێمەدا دووجۆری مەرگی دزێوومەرگی پیرۆز ئەگرێتەوە. مەرگی پیرۆز بەکورتی، هەڵبژاردنی مەرگە لەپێناوی ڕزگاری مرۆڤ لەقۆناغی دووەهەمی ژیانیدا کە ژیان لەو دنیایەی دیکەیە. بەم بۆچوونە رزگاری مرۆڤ بەستراوەتەوە بە ڕزگاری کۆمەڵوکۆمەڵگاوە. ئەمە لەڕوانگەی ئایینو ئایدیۆلۆژییە زەوینیەکانیشەوە. هەڵبژاردنی مەرگی دزێو لەکۆمەڵگەی ئێمەدا خۆ کوژییە،لەم جۆرەدا مەرگ راستی لەبەرامبەر و دژی ژیان ئەوەستێتەوە مەرگی خۆکوژی مەرگە لەپێناوی مەرگدا،نەك لەپێناوی ئاینوبەهائایینی و کۆمەلاّیەتیەکان. لەخۆکوژیدا مەرگوژیان پێکەوە نەبەستراونەتەوە و هیچ ئومێدێك بۆ

ژیانی کۆمەڵو ژیانەوەی دووبارەی کەسی خۆکوژنییە کەلە کۆمەڵگەی ئێمەدا ترۆپکی نائومێدییە بۆ هەموو جۆرە ژیانو ژیانەوەیەك. (عەتا ناهی ،گۆڤاری رەهەند ،ژمارە ١٦-١٧ ،تیۆر کلتور راڤەکردن لا ٢٣٤ -٢٣٥) [٥].

هەڵبژاردنی مەرگ لە کۆمەڵگەی ئێمەدا بەهۆی خۆسوتاندنەوە ئەوپەڕی دابڕانە نەك هەر لەئێستادا بەڵکو لەژیانی داهاتوویشدا بەهۆی ئەوەی ئەوپەڕی بێزارییە لە ژیانی خێزانوکۆمەڵگە، وە پەیوەندیە کۆمەلاّیەتیەکانی لەدەست دەدات لە پێش خۆسوتاندنو بەهەمان شێوە لە دوای خۆسوتاندن کە وەکو نەخۆشیەکی ترسناك تێڕوانینی بۆ ژیان دەگۆڕیت بەوەی ڕەشبینەو هەموو شتێك بەڕەنگی خەمباری و بێئومێدیو بێزاری دەبینی.

گومانی تێدانیە سەرجەم ئایینەکان پەیامی ژیانیان پێیەو دژی خۆکوشتن،بەپێی ئاینی هیندۆسەکان ئەوەی دەمرێ تەنها لاشەیەگیان نامرێ، لەتەوراتدا باس لەوە دەکات کە خواوەند مرۆڤی ئازاد کردوە بۆ هەڵبژاردن لەنێوان خواردنی بەری درەختی نەمریو بەری درەختی زانیاری بۆ زانینی چاکەوخراپە لە گەڵیدا مردنوبەرپرسیارێتی مرۆڤیش زانیاری هەڵبژارد،لەمەسیحیەتدا باس لەوە دەکات کە هەڵبژاردنی ئەم درەختە هەر دەمەکی نەبووە،بەڵکو زەرورییەتێکی مەوزوعیە چونکە مرۆڤ پێویستی بە ئازادییە و ئازادیش ئەگەری گوناحکردن دروست دەکاتو گوناه کردنیش بنەمایە بۆمردن،بۆیە دەبێ مرۆڤ کاربکات بۆ لەناوبردنی گوناهەکانی لەڕێی لەناوبردنی مردنەوە،ئیسلامدا باس لە حەتمیەتیمردن دەکاتوهەموو نەفسێ دەبێ بمرێت، هەموو مردنێ بەفرمانی خواوەندەو خۆکوشتنیش گوناهێکی گەورەیە. هەرەشە لە خودکوژی دەکەن بە دۆزەخ،بەلاّم گەرمردنەکەی لەپێناوی پاراستنی گیانی هاواڵەکانی بێ ئەوا مژدەی

بەهەشتی دەدرێتێ،کافرەکان بۆدۆزەخ وبڕوادارەکانیش بۆ بەهەشت؟!!(د.افرام، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، سالا ٢٠٠٦، هژمار ٥،لا٤٢)[٦].

مرۆڤ بەدرێژایی مێژوو مومارەسەی ئەم کارەی کردووە، جگە لە بۆچوونی ئایینی،پیاوانی فەلسەفیش پانتاییەکی فراوانیان بۆ ئەم دیاردەیەی مرۆڤ تەرخان کردووە،چونکە ئەمە تەنها پەیوەندی بەخودی کەسەکانەوە نیە بەڵکو چەندین پرسی مۆراڵیو کۆمەڵایەتی دەگرێتەخۆی کە لە هەموو ئایینەکاندا خۆکوشتن بەتاوان دەزانن وەزۆر ڕاو گفتوگۆی فەلسەفیانە هەیە یەکێك لە ڕایە باوەکان ئەوەیە زۆر لەوهۆکارانە دەبنەهۆی مەرگ وەك (دڵتەنگی، ئازاری دەروونی، شکستی ئابوری،هۆکاری بایالۆژیوئایین) و دەتوانرێت لەڕێگەی گۆرینی شێوازی ژیان چارەسەربکرێن، قسەیەکی باو لەم بارەیەوە هەیە دەڵێ خود کوژی ڕێگا چارەیەکی ئەبەدییە بۆ گرفتێکی کاتی . ئەو ڕێبازە فەلسەفیانەی دژ ە بیرۆکەی خود کوژین (لیبرالیزمی کلاسکی، ڕێبازی سوودگەرایی، زانستی رەوشتوئەرکە ئەدەبیەکان، فەلسەفەی وجودیەت)لەهەمانکاتدا هەندێ ڕیبازی فەلسەفی بەکارێکی ئەقلانی دادەنێن لەوانە (ریبازی ئایدیالیو ڕێبازی لیبرالی نوێ)و تەنها بەهانەی ئەمانە کە پێیان وایە چارەسەری گرفتێکی راستەقینەیە ئەوەی کە باس لەسەربەستی تاك دەکەن بۆ هەڵبژاردنی جۆری ژیان. (د.ڕێدار، ساڵی ٢٠٠٦، گۆڤاری سایك، ژمارە ٥ لا ١٨-٢٠).[٧].

٣. خێزانو ژینگە:-

بێگومان بۆ پێناسەکردنی خێزان چەندین بیروڕای جیاوازو بۆچوونو پێناسەی جۆراوجۆر هەیە بەپێی کاتوشوێنوکلتوری کۆمەڵگە دەگۆڕێت ، کەئاستی پێشکەوتنی کۆمەڵگەکان پەیوەستە بە ئاستی پێشکەوتنی خێزانەکانەوە،سەبارەت بەخێزان دەوترێت:

خێزان: بچوکترین یەکەی کۆمەڵایەتییەو شانۆی کارلێكو پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکانە، تێیدا تاکەکەس لەدایك دەبێتو گەشە دەکاتو پێدەگاتو دەبێتە ئەندامێکی پشت بەخۆ بەستوو ، بەهۆی خێزانەوە تاکەکەس ڕۆڵە کۆمەڵایەتیەکان لەناوەوەو دەرەوەی وەردەگیرێتو فێریان دەبێت." (عونیالقیصر،ملیحعبدامنعم،و.سابیر ساڵی٢٠٠٢،سۆسیۆلۆژیای خێزان، لا ١٠).[٨].

خێزان: یەکەیەکی دامەزراوەیە کە لەژنومێردو منداڵەکانیان پێکدێت،کەبەهۆی خوێنو ئامانجی هاوبەشەوە پێکەوە بەستراون،کارێكوپیادەی چەند ڕۆڵێکی کۆمەڵایەتی دەکەن،وەك ڕۆڵی دایكوباوكوخوشكوبراوروشنبیرییەکی هاوبەشیان هەیەوبەتوخمی کۆمەڵایەتی ناودەبرێت،بەهۆی دانانی بە بچوکترین یەکەی کۆمەڵایەتی پێکەوە بەستراووبەهێز،جگەلەوەی بەرپرسی یەکەمیشە لەگەشەپیکردنی کۆمەڵایەتیدا. (کنێرعەبدوڵڵا،ساڵی٢٠٠٥،پێگەی ژن لەکۆمەڵگەی کوردەواریدا، لا ١٨).[٩].

خێزان یەکەیەکی سەرەکیو گرنگە کە کۆمەڵگای لێ پێکهاتووە، کە ئەم خێزانە لە دایكو باوكو منداڵەکانیان پێکهاتووە، لە هەندێ شوێنی جیهاندا، لەکۆمەڵگەیەکەوە بۆ کۆمەڵگەیەکیتر ،خێزان بەر فراوانترە واتە چەند نەوەیەك لەیەك ماڵدا پێکەوە دەژینو پەیوەندیو بەرژەوەندی هاوبەشیان هەیە.

خێزان ناوکێکی سەرەکی بنەمای هەموو کۆمەڵگەیەکە کە چەند بنەمایەکی سەرەکی باوەڕپێکراوی هەیە لەناوکۆمەڵگەدا.(د.وهیبە شکر،١٩٩٠،العوامل النفسیە فی جنوح الاحداپ،ص١٧) [١٠].

مەلیحە عەونی "بەم شێوەیەپێناسەی خێزان دەکات : یەکەیەکی کۆمەڵایەتی ڕێکخراوو وابەستەیە بە دابونەریتو یاساوە بەو پەیوەندییە

جیاکاریانەش جیا دەکرێتەوە کە لەنێوان بەشداربوانو پێکهێنەرەکانی ئەو یەکەیەدا هەن" (کنێرعەبدوڵلاّ،ساڵی٢٠٠٧،توندوتیژیی وەزیفی دژی ژنان لە فەرمانگە حکومیەکاندا، لا ٢٥).[(١١)].

دووهۆکاری سەرەکی کە کاریگەریی خۆیان لەسەرکەسێتی مرۆڤ هەیە بریتین لە هۆکاری بۆماوەوژینگە، مەبەست لە بۆماوە گواستنەوەی خاسیەتوسیفەتەکانە لەباوكودایکەوە بۆ منداڵەکانیان لە ڕێگەی کرۆمۆسۆمەکانەوە،لەدوای ئەوەی هێلکۆکەو سپێرم یەك دەگرن،ئیتر کاریگەری بۆماوە نامینیتو هۆکاری دووەم دەردەکەویت کە ئەویش ژینگەیە،مەبەست لە ژینگەش سەرجەم ئەوهۆکارە جوگرافیومێژوویی‌وکۆمەلاّیەتی‌وئابووری‌و رامیارودەروونییانەن کە کاریگەرییان لەسەر کەسایەتی مرۆڤو گەشەکردنی هەرلەدوای یەکەم چرکەی دروست بوونیەوە لەناو منداڵدانی دایکدا تاوەکو ئەو چرکەیەی کە دواهەمین هەناسەی ژیانی دەدات، وە زۆر جۆری هەیە لەوانەش(ژینگەی جوگرافی، ژینگەی‌مێژوویی، ژینگەی‌کۆمەلاّیەتی، ژینگەی‌دەروونی). (د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیای‌گشتی، لا ٤٥).[(١٢)].

ئەو ئاووهەواو کەشە دەروونیەی کە تاك تیایدا دەژی کاریگەری خۆی لەسەر کەسایەتی بەجێ‌دەهێڵێ، دامەزراوە کۆمەلاّیەیەکان (خێزان،خوێندنگا،کۆمەڵ،ئامرازەکانی راگەیاندن،خانەی خودا پەرستی...هتد) بەشێوەیەکی گشتی بارودۆخی جیاجیا بۆتاکەکانیان دەخولقێنن،هەندێك جار لەباروگونجاون بۆ گەشەکردنی‌وهەندێ‌جار دژواردژێوەوباری دەروونی ئاڵۆز لەلای تاکەکانی کۆمەڵدروست دەکات. (منصور،١٩٧٨،اسس العلم النفس اللعام، ص٩٥).[(١٣)].

بۆئەوەی ژینگەیەکی دەروونی لەنێوان تاکەکانی خێزان لە یەکتر نزیك بێت پێویستە خاڵی بیرکردنەوەی هاوبەش لەنێوانیاندا زیاتر بێت و گیانی

پێکەوە ژیانو لێبوردن دروست بکات ، بەدوو شێوازی جیاواز بەهاکانیان و دیاردەو بابەتەکانیان لێك نەدەنەوە، چونکە ئەگەر هەر لایەك خۆی بەراست بزانێت ئەوا زەمینە خۆشە بۆ شەڕو ئاژاوە لە خێزان.وە گەلێك هۆکار لەپشت ئاژاوەی خێزانیەوەیەوەك (ئابوری،کۆمەلاّیەتی(دەست تێوەردانی‌کەسانی‌تر ،ناپاکی لەژیانی هاوسەرێتی..بێکاری،گرێی‌دەروونی..هتد ژینگەی دەروونی ئەو بارودۆخو کەش‌وئاووهەوا تایبەتیەیە کە تاك لەناو خێزانو کۆمەڵەکەیدا بەرەنگاری دەبێتەوە. ئینجا ئەگەر ژینگە دەروونیەکە ئاسایی‌وپەروەردەیی بێ گرێ‌وگرفت بێت ئەوا بەشێوەیەکی پۆزەتیف لەهەڵسوکەوتوبیروهەڵچوونی تاکدا ڕەنگدەداتەوە، بەلاّم ئەگەر پڕبوو لە گرفتو ئەندێشەو بێ بەش بوونو جیاوازی‌و کۆسپ، ئەو کاتە بەشێوەیەکی خراپ لەسەر کەسایەتی تاك دەکەوێتەوەو ژینگەیەکی ئاڵۆزی دەروونی بۆ دەخولقێنێت کە جیاواز بێت لە تاکێکی تر لەهەمان ژینگەی جوگرافی‌و مێژوویی‌و کۆمەلاّیەتی‌ئەودا دەژی. (د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیای‌گشتی، لا ٥١).[(١٤)].

لەبەر ئەوەی" لەزۆربەی وولاّتانی دنیاو لە وولاّتی ئێمەشدا وێنای سەرەکی بۆ خێزان ئەوەیە کەباوکێکی نان پەیداکەرو دایکێکی میهرەبان و نەرمو نیان کە ئامێزی ئاوالاّ بۆ مندالاّنو هاوسەرەکەی وەکو نموونەی هەرە ئایدیای دایك خراوەتە ڕوو بەهەردوکیان منداڵەکانیان بەباشترین شێوە پەروەردە دەکەنو دەیانکەن بە کەسانی سوودبەخش بۆخۆیانو کۆمەڵگە." (ئەکرەمی میهرداد ،گۆڤاری تەوارساڵی٢٠٠٧،کۆمەڵناسی‌خێزان، لا ٣٨).[(١٥)].

کەواتە خێزانو ژینگەکەی کاریگەری هەیە لەسەرئەندامەکانی‌و تاکەکانی کۆمەڵ ، کە کێشە خێزانی‌ودەروونی‌یەکانە وە بالاّدەستی یەکێك لە ئەندامانی خێزان کە سنور بۆ هەموو هەڵسوکەوتەکانی تری ئەو خێزانە دادەنێت کە لەکۆمەڵگەی ئێمەدا پیاو بالاّدەستە و ژنو منداڵەکان پاشکۆن

دەبێتە هۆی هەڵوەشاندنەوەی خێزان یاخود کۆنترۆڵ نەکردنی ئەو شەڕوئاژاوانە دەبنە هۆی هەڵچوون وتێکچوونی دەروونی کە زۆر جار بەخۆکوشتن لەجۆری خۆسوتاندن کۆتایی دێت بەهۆی ئەوەی کێشەی خێزانیوکۆمەڵایەتی لە ژیانی ڕۆژانەیاندا ڕووبەڕویان دەبێتەوەو ڕێگە چارەی گونجاو وەرناگرن بۆ چارەسەرکردنی گرفتو کێشەکانیان.

٤. پەروەردە:

شێوازێکە بۆ دروست بوونی کەسێتی، لەڕێگەی دەزگا کۆمەڵایەتیە جیاوازەکان وەك خێزان، قوتابخانە، پەیمانگا پیشەییوتایبەتمەندەکان، ئەرکی سەرەکی پەروەردەکردنی بریتییە لە پێکهێنانی توانا کۆمەڵایەتیەکان چونکە تاکەکانی کۆمەڵ لەڕێگەی فێرکردنو پەروەردەکردنی زانیاری وەردەگرنو ئاراستەیان فراوان دەبێتو بەشداری بوارە جیاجیاکانی ژیان دەکەن، پەروەردەکردن پەرە بە ناواخنی مرۆڤ دەدات لە باوەڕ بەخۆبوونو بەهاکانی ژیان (نەسرین جمال،نیان عزیز ،ساڵی٢٠٠٤،ڕۆڵی شێوازی پەروەردە لەگەشەپێدانی کۆمەڵایەتی لەخێزانی کوردیدا، لا ١٢).[١٦]. پەروەردە لەهەموو دەزگا کۆمەڵایەتیەکانو بوارەکانی ژیانەوە بەرجەستە دەکرێت، دیارە زۆر دیاردەو فاکتەر هەن کە کاردەکەنە سەر جۆرو شێوازی پەروەردەکردن لەڕووی شێوەو ئامانجو هەلومەرجی دەوروبەر وە پەروەردەکردن لەسەرەتای ژیانی تاکەکانی یەوە دەست پێدەکات واتە لەخێزانەوە دەبێت.

پەروەردە:- پرۆسەیەکی کۆمەڵایەتی بەئەنجامە کە خاوەنی چەندین قۆناغی بە ئەنجامە کەپێشکەش دەکات لە ناوەندێکەوە بە شێوەیەکی نارەسمی وەکو خێزانو هۆکارەکانی ڕاگەیاندن، وە بەشێوەیەکی ڕەسمی وەستاوە لەسەر ئامانجە دیاری کراوەکانو ئاشکراکان، وە لەلایەن هۆکارەکانی گەشتن بەو ئامانجە وەکو دامەزراوە پەروەردەییە ڕەسمیەکان. (احمدالسید،د.سمیره

،١٩٧٧،مصطلحات علم الاجتماع، ص٥٥).[١٧].. ئامانج لە پرۆسەی پەروەردە ئەوەیە کە ئامادەکردنو ڕێکخستنی تاکەکان بۆ هەستان بەکارو فرمانی کۆمەڵایەتی لەهەر شوێنو کاتێکدا بێ، لەسەر بنچینەی ئەوەیە کە هەستی پێ ئەکەن لە کۆمەڵگەکەماندا.

یەکێك لەشێوازەکانی پەروەردە توندوتیژی:- کە ڕەفتارو کردەوەیەکە بە شەرانگێزی دەناسرێتو لەلایەن کەسێکەوە یا کۆمەڵە کەسێکەوە یا کۆمەڵێکەوەو یا چینێکی کۆمەڵایەتی یا لەلایەن دەوڵەتێکەوە پیادە دەکرێت بەمەبەستی قۆستنەوەو ملکەچ پێکردنی لایەنێکی دیکە لەچوارچێوەی پەیوەندی هێزێکی ناتەواو لەڕووی ئابوری،کۆمەڵایەتیو سیاسیەوە کە دەبیێتە هۆی زیان پێگەیاندنی مادی یا مرۆیی یا دەروونی کەسێك یا کۆمەڵێك یا چینێکی کۆمەڵایەتی یا لەلایەن دەوڵەتێکەوە پیادە دەکرێت .

((جارفر دەڵێت: توندوتیژیی خێزانی دەست بەسەراگرتنو نەهێشتنی تواناو مافەکانی کەسێك دەگرێتەوە لە بڕیارێکدا تایبەت بە جەستەو ژیانو ڕەوشتی)) جۆرێکی تر لەپەروەردە توندوتیژی کۆمەڵایەتییە: خۆی لەزەوت کردنی پراکتیزەکردنی مافە کۆمەڵایەتیەکانو کەسێتیی ژن دا دەبینێتەوە لەلایەن مێردەکەیەوە. نەسرین جمال،نیان عزیز ،ساڵی٢٠٠٤،ڕۆڵی شێوازی پەروەردە لەگەشەپێدانی کۆمەڵایەتی لەخێزانی کوردیدا، لا ١٠-١٥).[١٨].

هەروەها وابەستە کردنی ژن بە داواکاری فیکریو سۆزدارییەکانی مێردەکەیەوە تەنانەت ڕێگە نەدان بەتێکەڵبوونی لەگەڵ کۆمەڵو ڕێگرتن لە پراکتیزەکردنی ڕۆڵوتواناکانی لە ئەرکومافدا و هەموو ئەمانە کاریگەری خراپ لەسەر گەشەکردنیو سۆزداریو پێگە کۆمەڵایەتیەکانی ژنو منداڵ بەجێدەهێڵێت.

بەو پێیە پەروەردە لەسەرەتای لەدایك بونی مرۆڤەوە دەست پێدەکات کەیەکەم دامەزراوە خێزانە تاکو فێری پرۆسەیەکی کۆمەڵایەتیوبنیاتنانی

کەسێتی بۆ پەرەپێدانی تواناکانی لە خێزانو کۆمەڵ دا لەهەر قۆناغێکی تەمەنیدا بێت. بەڵام ئەو کەسانەی پەنا بۆخۆسوتاندن دەبەن گومانی تێدا نیە کە پاڵنەری پەروەردەکردنی لەشێوازی توندوتیژیی بەرامبەر بەخودی خۆییوئەوپەڕی بێزارییە لەژیان یا پاڵنەری توندوتیژیی کۆمەڵایەتییە کە بێبەشکردنی تاکی کۆمەڵگەیە لەپەیوەندییەکۆمەڵایەتیەکان .

کەوابێ لەنێوان کۆمەڵگەو دامەزراوەی کۆمەڵایەتی پەروەردەیی کە دەزگای جیاجیادەگرێتەوە لەوانە (خێزان، قوتابخانە، پەیمانگا پیشەییوتایبەتمەندەکان) پەیوەندیەکی بەهێز هەیە، بە ڕێژەی جیاواز کاریگەری دەبێت لەسەر تاکی کۆمەڵگەی کوردی لەبەرامبەر دیاردەی خۆسوتاندنوخەتەرییەکانی لەسەر تاکی کۆمەڵ لەهەمان کاتدا ڕۆڵی دامەزراوەکانی حکومەتو دەوڵەت بۆ هەوڵی کەمکردنەوەی خۆسوتاندن بە بەرنامەویاسای گونجاویاخود زیاد بوونی ڕێژەکە لەنێو ژنان دا بەپەڕاوێز خستنو بەهەند وەرنەگرتنی ژمارەی ئەوانەی خۆیان دەسوتێنن کە وەك مردنی ئاسایی لەلایەن کۆمەڵو یاساوە ئەژمارد کرێت.

٥. کۆمەڵگا:-

چەندین پێناسە هەیە بۆ زاراوەی کۆمەڵگا لەوانە:-

بەبیروڕای کونت، کۆمەڵگا پێکهاتەیەکە لەوکەسانەی کە لەڕاستیدا درێژەی هەمان ژیانی ئینسانانی پێش خۆیانو لەمێشكوزەینیاندا چەقیان داکوتاوە، بەکورتی کۆمەڵگە پێکهاتەیەکە لە کەڵەکەبونی ئەزموونوئەو زانستانەی کەوەچەکان پێکەوە دەبەستێتەوە. بەڵام کۆمەڵگە لەهەموو بوونەوەران بگۆڕترە، چونکە دەتوانێت خۆی لەگەڵ هەموو جۆرە دیاردەیەکی دەرەکی بگونجێنێت. هیچ بونەوەرێك توانای ئەو جۆرە پێشکەوتنەخێراو بەتایبەت بەردەوامەی نییە، چونکە بەهۆی دوابەدوای یەك هاتنی وەچەکانەوە

بەسەرزەمەندا زاڵە(د .بۆتۆل ،و.فەرشیدشەریف،ساڵی٢٠٠٥، دامەزرێنەرانوسەرهەڵدانی کۆمەڵناسی، لا ٧٥).[١٩]

لەبەرئەوەی کۆمەڵگە پێکهاتەیەکە لە ئەزموونی وەچەکانی پێشتر کە بەوەچەکانی ئێستاوە دەبەستێتەوە کەوابێ کۆمەڵگە زاراوەیەکە کە پەیوەندی تاکەکانی کۆمەڵ وە هەڵسوکەوتی زۆربەی زۆری تاك جێبەجێدەکات لەڕووی کۆمەڵایەتیەوە کە بەهۆی دوا بەدوای یەك هاتنی وەچەکانەوە، کۆمەڵگە زاڵ بێت بەسەر گۆڕانکارییە بەردەوامەکانو پێشکەوتنی خێرا.بۆیە ڕێگروبەربەست دروست دەبێت لەنێوان بونەوەرەکان دا لە پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان دا.

رۆبسۆن کرۆنۆ دەڵێ: کۆمەڵگە بریتیەیەلەومرۆڤانەی پێکەوە دەژینو هەڵسوکەوتیان وەك یەك لێدەکەنوچالاکیەکانیان بەهۆی چەند مرۆڤێکەوە دەبێت کە پێکەوە پەیوەندییان هەیە،ئەمەش لەوەدا خۆی دەبینێتەوە کاتێك مرۆڤەکان بەرژەوەندی هاوبەشیان هەبێت. (پیتەرکلۆس ،و.خلیل محمد،ساڵی٢٠٠٠، ئەنترۆپۆلۆزیای کولتوری، لا ٤٨).[٢٠]

کۆمەڵگە ئەو کۆمەڵە خەڵکە دەگرێتەوە کە پێگەیەکی جوگرافی دیاریکراویان هەیەو پێی دەناسرێتەوە پەیوەستن بە کۆمەڵێك لە بەهاوڕێساوداب‌ونەریت وە پەیوەندی کۆمەڵایەتی و ئامانجی هاوبەش کۆیان دەکاتەوە لەسەر بنەمای زمان،مێژوو،یەك چارەنوسی هاوبەش کەئەمە بەکۆمەڵگەی مرۆڤایەتی پێناسە دەکرێت لە گرنگترین عناصری دروستبونی کۆمەڵگە مرۆڤایەتیەکان بریتیـیە لە کۆمەڵگەی ناوەکیو ڕێکخراوەکان کە کۆمەڵگای ناوەوە لەکۆمەڵە کەسانێك لەیەك پێگەی دیاریکراوی جوگرافیدا کاردەکەن سیستەمێکی ڕێکخراوی هاوبەشیان هەیە لەیاساکانی ژیانی کۆمەڵایەتی تایبەت پێکدێت. بەڵام ڕێکخراو پێك دێت لە کۆمەڵێك کەس کاردەکەن بۆ جێبەجێکردنی کاروچالاکی دیاریکراو وەك

سەندیکا،جەماوەری، حیزبی...هتد وە ڕێکخراوی کۆمەڵایەتی دابەش دەبێت بۆ چەند شێوەیەکی جیاواز بەپێی سروشتی ئامانجومەبەستی یا شوێنی جوگرافی . وە جیاوازی لەنێوان ڕێکخراوو دامەزراوەدا هەیە ئەویش ئەوەیە کە دامەزراوەی کۆمەڵایەتی برتییە لە کۆمەڵە یاساوڕێسا کە پەیوەندیەکانی نێوان تاکەکانو کۆمەڵگە ڕیکدەخات دەتوانرێ بوترێت دەوڵەت دامەزراوەیەکی کۆمەڵایەتیە لەهەمانکاتدا ڕێکخراوێکی کۆمەڵایەتیشە لەبەرئەوەی پێك دێت لە تاکەکان کە هەوڵ بۆ جێبەجێکردنی کاروئەرکی دیاریکراو دەدەن لەپێناو هێنانەدی حەزوئارەزووەکانی کۆمەڵگە.   .

(د.احسان، ساڵی ١٩٩٩ ،موسوعە العلم الاجتماع ،ص ٥٥٠ -٥٥١) [٢١]

لەم پێناسانەوە دەتوانرێت بوترێ کە پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکانو هەڵسوکەوتی تاكو خۆگونجاندنی لەگەڵ ڕێساوداب‌ونەریتو ئامانجی هاوبەش دەبەستێتەوە بە پەیوەندییەکانی کۆمەڵگەی مرۆڤایەتی کە زمانی تێگەیشتنی هاوبەش، پەیوەندی کۆمەڵایەتیو مێژوویی‌و هەمان پێگەی جوگرافی‌و نەتەوەیی بۆهێنانەدی ئامانجی کورتخایەن‌ودرێژخایەن لەڕێگەی دامەزراوە(کۆمەڵایەتی‌ودینی‌وسیاسیەکان‌وڕۆشنبیری‌و خێزانی دەبنە هۆی پێشکەوتنی کۆمەڵگە کە لەهەموو بونەوەران بگۆرترە بۆ هاتنە ئارای گۆرانکارییەکان. لەبەرئەوەی کە ئەو دامەزراوانە ڕۆڵێ کاریگەری دەبێت لە کۆنترۆڵکردنی هەڵسوکەوتی تاك بەپێی ئەویاساوڕێسایانەی کە کۆمەڵگە بۆی دیاریکردووە لەسەربنەمای پێکەوە ژیان بۆ هێنانەدی ئامانج‌وحەزوئارەزووەکانی تاك لە کۆمەڵگەدا وە لەبەرامبەر دیاردەی خۆسوتاندن دا ئەوڕیکخراوو دامەزاوانە رۆڵی جیاوازیان هەبووە بەشێوەی جیاجیا دەکرێت بوترێت ئامانجی کورتخایەنی هێناوەتە دی پێویستە لەسەر دیاردەیەکی کۆمەڵایەتی وەك خۆسوتاندن دامەزراوەوڕێکخراوەکان ئامانجی درێژخایەنی بۆ دابڕێژرێت   .

کەواتە هەروەك بیرورای کونت ، تەنها ڕێگەچارەی چارەسەرکردنی کێشەکانی کۆمەڵگە،ئەوینێکی گشتی‌وجیهانی‌و یەکجار بەهێزە کە تاکەکان بەرەولایەکی‌تری ڕابکێشێت‌ولەپلەی یەکەمدائەبێ مرۆڤ ببێتە ئامانجی ئەم ئەوینە. (د .بۆتۆل ،و.فەرشیدشەریف،ساڵی٢٠٠٥، دامەزرێنەران‌وسەرهەڵدانی کۆمەڵناسی، لا ٧٨). [٢٢]

هەرئەمەشە دەبێتەهۆی بچڕانی پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان کاتێك کە ئەم ئەوینە لەمرۆڤدا نەبێت بۆ چارەسەرکردنی گرفت وکیشەکانی تاك لەکۆمەڵگەدا و وا دەکات تاك دوورەپەرێزوگۆشەگیر دەبێت لەخێزان‌و ئەو دەروبەروژینگەیەی تێیدا دەژی تووشی دابڕان لەکۆمەڵ دەبن وکاردەکاتە سەر دەروونی مرۆڤ وە هەستکردن بەبێزاری،دڵتەنگی،ڕەشبینی لە ژیاندا کە دواتر بەلەناوبردنی خود کۆتایی بەم ژیانە دەهێنێ.

مرۆڤ حکومەتی داهێنا تاکو ئەو توندوتیژییە کۆنترۆل بکات، کە زادەی نێوان کەسەکان‌وگروپەکانە کە هەمیشە دەرگیرییەك هەیە وحکومەت بەئەرکی خۆی دەزانێ کۆنترۆڵێ بکات‌و هەمیشە لەپانتای کۆمەڵگەدا چاودێروئامادەن لە م کێشەودەرگیرییانە لە بنەماڵە، شوێنی کاروگشتی، ئەو شوێنانەی کە لە وێدا پەیوەندیە کۆمەڵایەتیەکان هەیە، دەرکەوتەی هەیە بۆیە دەوترێت دەوڵەت،حکومەت دامەزراوەیەکی کۆمەڵایەتی‌یە لەهەمانکاتیشدا ڕێکخراوێکی کۆمەڵایەتیە. (مەسعودسەفیری ،و.بەیان عەزیزی،ساڵی٢٠٠٧، ئاناتۆمی‌توندوتیژی، لا ١٣١). [٢٣]

٦. دامەزراوە کۆمەڵایەتیەکان:-

بریتی‌یە لە کۆمەڵە ئەحکام‌و دیسپلین‌و یاسایەکی جێگیر کە ڕەفتاری‌و پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان لە کۆمەڵگادا دیاری دەکات. (طبار،علی راز علوی،کۆمەڵگەی مەدەنی چیە،و. ابوبکر خۆشناو، ساڵی ٢٠٠٠ ،زنجیرە کتێبی

رووناکبیری مەکتەبی ڕێکخستنی یەکێتی نیشتمانی کوردستان ،ژمارە ٨، لا٤)[٢١]

توێژەران پێیان وایە دەزگای کۆمەلأیەتی هەموو ئەو گروپە تۆکمەو ڕێکخراوانە دەگرێتەوە کە لە کۆمەلگادا هەڵدەستن بە ڕێکخستنو سەر ڕێگا خستنی ئەندامانی کۆمەلگا وەك (خێزان، قوتابخانە، یانەی وەزرشیو رۆشنبیرییەکان،حیزبیەکان، دەزگای سەرپەرشتی منالْوگەنجانوژنان...هتد) (سۆران سعید،تارا صبحان، ابوبکر علی،ساڵی٢٠٠١، ئەرك و ڕۆڵی دەزگا کۆمەلأیەتیەکان لەبەرەو پێشبردنی ڕەوشی گەنجان، لا ٤).[٢٣]

سەرەڕای ئەمانەش دەزگا کۆمەلأیەتیەکان بەشێوەیەك لەشێوەکان دەزگای مەدەنین. بۆیە هەریەك لەم دەزگایانە بەشێوەیەکی کەم تا زۆر کاریگەرییان هەیە لەسەر کەسێتی تاکەکانی کۆمەلگا بۆ بنیاتنانی کەسێتیەکی پشت بەخۆ بەستوو لە چالاکیوئەرك و رۆڵی لەپێگەی کۆمەلْ دا و لەپەیوەندییە کۆمەلأیەتیەکانی کۆمەلگادا ،وە لەتوانایدا هەیە کەسێتیەکی تۆکمەو بەهێز بێنێتە ئاراوە بەلأم کاتێك ئەم دەزگایانە ئەو کاریگەرییانە بەشێوەیەکی سلبی بەجێدەهێلێت لەسەر تاکی کۆمەلْ ،و بەپێ یداب ونەریتی کۆمەلأیەتیوئاینی سنوربۆ ئازادییەکانی تاك دادەنرێت لە گەشەپێدانی تواناکانیو وا دەکات بناغەی کەسێتیەکی ئاراستە کراو دروستا بکات کە ئەمەش لە کۆمەلگەی کوردیدا ڕەنگدانەوەی دەبێت بۆ قۆناغەکانی ژیانی ئەو کەسە لە پێگەیاندنی خۆی دا و چارەسەرکردنی کێشەکانولە ڕووبەرو بونەوەی گرفتوکێشەی کۆمەلأیەتیوئابوریوسیاسیەکاندا پشت بەکەسانی تر دەبەستێت، یەکەم دامەزراوەودەزگای کۆمەلأیەتیش کە رۆڵی سەرەکی هەیە لە دروست کردنی کەسێتی مرۆڤەکان دا لەسەرەتای دروست بوونی کۆرپەلەسکی دایك داوهاتنە ژیانی بۆ نێو کۆمەلگە دا ئەویش بریتیە لە خێزان بەدوایدا کە هەڵسوکەوتورەفتاری بۆماوەییو

وەرگرتوولەژینگەیدەوروبەر بەپێی قۆناغەکانی تەمەنی لەگۆڕاندا دەبێت بەتایبەت تا تەمەنی هەرزەکاریی کە قۆناغی گەشەوپێگایەندنی کەسێتیە کاریگەری دامەزراوەکانی تر ڕۆڵی دەبێت بۆئەوەی مرۆڤێکی باشوتەندروست بتوانێ کۆمەلگا پێشبخات .

٧. گرفتە دەروونیەکان:-

گرێی دەروونی بەهۆی هەڵسوکەوتو بیروبۆچوونی هەڵە لەدوای کارەساتو ڕوودانی کێشەودڵەڕاوکێ یە وە دەبێت کە بێ هیواییونائومێدیو بێزاری لەژیانیدا ڕەنگدانەوەی دەبێت بۆیە پاڵنەرێکە بۆ پەنا بردن بۆ خۆسوتاندن. گرێی دەروونی ئامادەبوونو حاڵەتێکی نەستیە مرۆڤ پەی بە پاڵنەرو سەرچاوەکانی ناکات بە داینەمۆو ڕێکخەرەی زۆر هەڵسوکەوتو بیروبۆچوونی هەڵەو دژواری تاك دادەنرێتو لە ئەنجامی ڕوودانی کارەساتی دڵ تەزینو کۆبونەوەی کۆمەڵێك پاڵنەرو هەڵچوونی جیاواز کە ئاوێتەی یەکتر دەبن وەك خەموخەفەت، ترسو دڵەڕاوکێ، سوکایەتی پێکردنو بێبەش بوون و گرژیەوە دروست دەبێ مانەوەی لەبواری هەستی مرۆڤدا هەرەشە لەبوونو کەسایەتی تاك دەکاتو بەردەوام ئازاری دەداتو ژیانی لی تاڵ دەکات. بەردەوام گرفتو گری دەرونیەکان بەزەرەروزیانی ئەو کەسە خۆی تەواو دەبێت نەك بەقازانجو چارەسەری کێشەکانی، زۆرجار ململانێی دەروونی کە مرۆڤ دەکەوێتە بەردەم دوو ڕووداوی ناخۆش هەر کامیان هەڵبژێرێت زیان بەخۆی دەگەیەنێت. هۆکاری دروست بوونی گرێی دەروونی کۆمەڵێك هۆکارن، لەوانە (پەروەردەی هەڵەی ناو خێزان، سوکایەتی پێکردن،لێدانو توندوتیژی بەردەوام، تیروتوانج تێگرتن،نەبونی

دادگــــەری کۆمەڵایــــەتی لـــەناو خێـــزان و کۆمـــەڵ) (د.کـــەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیایگشتی، لا ٣٧١_٣٧٢).[٢٤].

سەرجەم ئەم شێوازی مامەڵانەو بەردەوامیان دەبنە هۆی گرێی دەروونی وقەیرانی بە دوادا دێت وژیانی لێ دەکات بە دۆزەخو رۆژ لەدوای رۆژ نا ئومێد دەبێت لەو ژیانە تووشی رەشبینی دەبێتو بێزاری دەکات لەو ژینگەیەی تێیدا دەژی بۆیە پێیان وایە هەر ئاگرە فریایان دەکەوێت.

گرفتەدەروونیەکان لەپلەیەکی بەرزدا ئەبێتە هۆی توندوتیژی ، کەهەندێ جار ئەم توندوتیژییە بەرامبەری خودی خۆی ئەنجامی دەدات بەتایبەت لەژنان دا، وە زۆرجار ئەو توندوتیژییە بەرامبەر دەوروبەر دەکرێت کە زیاتر پیاو ئەنجامی دەدات.

ئاشکرایە کە ئەو خێزانانەی پڕکێشەوگرفتوئاژاوەن هەمیشە ڕەوشێکی نائاسایی باڵ بەسەریاندا دەکێشێت لەجێی ئارامی..دڵەڕاوکێولەجێی سۆزوخۆشەویستی. قینوحەزی تۆڵەسەندنەوەو لەجێی جێگیری..پەرتەوازەبوونوحەز بەهەڵهاتن، ئامادەییان دەبێت.ئەمەش خۆی لەخۆیدا منداڵ دەخاتە کێشمەکێشێکی دەروونی زیان بەخشەوە. دەروونناسان لەسەرئەوە کۆکن کە ئەو منداڵانەی لەم جۆرە خێزانانەدا گەشە دەکەن تووشی تێکچوونە دەروونیەکان دەبنونابنە خاوەنی کەسێتیەکی ئاسایی و هاوسەنگی دەروونی لەژیانی دەروونیاندا،لەزۆرباردا هەست بەکەمی دەکەن لەناو هاوەڵەکانیانداوگۆشەگیردەبن لە قوتابخانەوهەڵوێستەکۆمەلایەتیەکاندا. (سامان سیوەیلی،ساڵا٢٠٠٧،سایکۆلۆژیا، لا ٤٤).[٢٥].

وە هۆکاری زۆرێك لەکێشەدەروونیوهەڵچونییەکانی منداڵ بریتیە لەشێوازی پەروەردەو پێگەیاندنی منداڵ لەنێو دەزگا کۆمەلایەتیەکاندا بەگشتیو ژینگەی خێزان بەتایبەتی،لەبەرئەوەی لەم بوارەداخێزان پشکێکی گەورەی

بەردەکەوێت، کێشەکانی نێو خێزان دایكوباوك تێیدا بەشدارنوکاریگەری وزیانەکانی تەنها بۆخۆیان نیە بەڵکو کاریگەری گەورە لەسەرمنداڵەکانیان بەجێدەهێڵێت،کە گەنجێك پێدەگەیەنێت گرفتارە بەچەندین گرێی دەروونی و لەداهاتوودا دەبێتەهۆی لادانونەخۆشی دەروونی. (صلاح حسن، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، سالا ٢٠٠٦، هژمار ٥،لا٢٥)[٢٦].

بەپێی فرۆید لەناخی تاکدا دوو غەریزە هەیە،یەکەمیان غەریزەی بونیادنان پێی دەڵێن (ئیرۆس)،دووەمیان غەریزەی لەناوبردنە وە پێی دەڵێن (ساناتۆس) هەرکاتێ دووەمیان زاڵ بێت بەسەر ڕەفتاری تاك لەبری ئەوەی توندوتیژەکەی ئاراستەی دەرەوەی بکات ئاراستەی ناخی خۆی دەکاتو زیان بەخۆ دەگەیەنێت ئەمەش هۆکاری دەروونیە کەوا دەکات پەنابۆخۆکوژی بەرێت. (د.افرام، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، سالا ٢٠٠٦، هژمار ٥،لا٤٣)[٢٧].

٨. تورەبوونو هەڵچونەکانی مرۆڤ:-

هەڵچونەکان بەشێکن لە ژیانمانو ڕزگاربوون یان ڕاکردن لەدەستیان مەحاڵەوکەس نییە هەموو یادگارییە تاڵوشیرینەکانی ژیانی لەبیر بکات .لەبەرئەوەی عەقڵ بەبێ سۆزو خۆشەویستیو هەڵچونەکان هیچ تامێکی نییەو دەبێت بەژیانێکی بێرەنگوتاموبۆن.هەڵچونەکان تەنها تاموچێژو رەنگ نادەن بەژیان بەڵکو لەهەمان کاتدا یارمەتی مانەوەمان دەدەنو ناهێڵن بەئاسانی لەناوبچینو لەکاتی ترسوهەڕەشەو حاڵەتەنائاساییەکاندا فریامان دەکەونو لەوترسو هەڕەشەوحاڵەتە نائاساییەدا ڕزگارمان دەکەن. لە حاڵەتێکی ویژدانی بەهێزی کتوپڕی لەناکاوەوە ڕوودەدات ڕەنگدانەوەی لەسەر کۆئەندامی جەستەییودەروونی تاك دەبێت. (د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیایگشتی، لا ١١٣-١١٤).[٢٨].

هەڵچوونەکان دوو جۆری سەرەکین یەکەم پۆزەتیڤەو خۆشە بۆ مرۆڤ وەك بونی سۆزوخۆشەویستیو گەشبینی،دووەم نیگەتیڤەو واتە ئەگەر زیاد

لەپێویست بوو زیان بەمرۆڤ دەگەیەنێ. کە بەبۆچونی گیلفورد مرۆڤ بەهۆی بارودۆخی تایبەتەوە تووشی هەڵچونەکان دەبێت.وە بەهۆی کۆمەڵێك هۆکاری ناوەکیودەرەکییەوە ڕوودەدات لەوانە (کاتێك پاڵنەرەکانمان بەهێز بێت، یا کاتێك حەزو ئارەزوویەکی نا ئاسایی کتو پڕمان هەبێت، کاتێ بەربەستو ڕێگر لەبەردەم ئامانجەکانیاندا بێ یا تووشی بێ هیوابوون)وەك کاتێك خوێندکارێك چاوەڕێی دەرچوونی کردبێ، بەلأم دەرنەچوبێت لەم کاتەدا تووشی هەڵچونی نائاساییو بەهێز دەبێت ، یا ژنێك لەلایەن خێزانو خزموکەسی هەست بکات سوکایەتی پێدەکرێت تووشی هەڵچونی بەهێزی دەکات. ئەمانە هەڵچونەکان زیاد دەکاتو نیگەتیڤە بۆ ژیانی مرۆڤو قەیرانی بەدوادێت لەوانە حاڵەتی شپرزەیی لە کەسێتیو بیرکردنەوە لەخۆکوشتنو خۆسوتاندن.

لەبەرئەوەی پەیوەندی بەهێز لەنێوان عەقڵو جەستەیمرۆڤدا هەیەو هەریەکەیان کاریگەری لەسەر ئەوی تریان هەیە بۆیە کاتێك مرۆڤ خەموخەفەتو تووڕەبونی زۆرەو بێزاریو دڵتەنگی لەناوەوە دەیانهێڵێتەوە کە دەبێتەهۆی نەخۆشی دەروونی وەك(دڵەڕاوکێ،غیرە،رقوکینە...هتد) کە پاش ماوەیەك کار دەکاتە سەر جەستەو تووشی سەرئێشەو هەوکردنو ئازاری جەستەیی دەبێتەوە. (د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیایگشتی، لا ١٢٠).[٢٩].

ئەوکەسانەی تووشی هەڵچونی بەهێز دەبنو وا دەکات پەنا بۆخۆسوتاندن بەرن لەوانەن کە زیاتر بیر دەکەنەوەو خەفەت لەژیان دەخۆنو کێشەوگرفتەکان زۆر گەورە دەکەن بەردەوام لەگەڵ خۆیانوکەسانیتردا ململانێ و کێبڕکێ دەکەن ، یەکێك لەنمونە گرنگەکانی هەلچوونەکان بریتیە لە خەمۆکیودڵتەنگی کە بەهۆی کارەساتی ناخۆشولەدەستدانی کاروپلەوپایەی کۆمەلأیەتی دروست دەبێت.

بەبڕوای جیمس-لانج هەڵچونەکان لە ئەنجامی وورووژێنەری جەستەییو دەروونیەوەیە، مەنتیقێك هەیە کە دەوترێت سەروەتەکەم لەدەستچوو بۆیە خەفەت دەخۆم، ڕادەکەین ئینجا دەترسین،یاخود دەڵێ وورچێکم بینی بۆیە ترسامورِامکرد، دەکەوینەلێدانوپێیاکێشانی بەرانبەرەکەمان ئینجا توڕەدەبن ،کە رووبەڕوی سەرزەنشتو سوکایەتی بویەوە لە کێبڕکێ دا بۆیە توڕە دەبێو لێی دەدات لەڕووی دەرونیەوە دەڵێین (هەست بەپەشیمانی دەکەین لەبەرئەوەی هاوار دەکەین، توڕە دەبین لەبەرئەوەی لێیداین، ئەترسین لەبەرئەوەی دەتۆقین) کەواتە نالێین دەقیژێنینو لێیدەدەنودەتۆقین لەبەرئەوەی پەشیمانینوتوڕەینوئەترسین کەوابێ گۆڕانکارییە فسیۆلۆژیوجەستەییەکان بەهۆکاردادەنێنو حاڵتە هەڵچونیەکانیش بە دەرئەنجام . (د.سارجنت، ١٩٩٩ ،علم النفس الحديث ،ص ٦٧) [٣٠]

کاتێك هەڵچونەکانو توڕەبوون لە سنورو ڕێژەی خۆی دەردەچێو زیاد لەپێویست بەردەوام بێت بەهۆی هۆکاری جیاجیاوە دەبێتەهۆی تێکچوونی پەیوەندییە کۆمەلأیەتیەکان وەك هەڵوەشانەوەی خێزان، دابڕان لەکۆمەڵ. بە دووبارەبونەوەی ڕوودانی هەلچونەکان بەناخۆشی دەبێتەهۆی نەخۆشی دەروونی لەشێوەی جیاوازدا.هەڵچونەکانو گۆرانکارییەکانی لەش کە ڕوودەدات زۆرجار ناتوانرێت کۆنترۆل بکرێت، بۆیە پێویستە ڕێگەی گونجاو چارەسەری باش بۆ ڕووبەڕوبونەوەی کێشەکان دابنرێت کە کاریگەری لەسەر هەڵچونە زیانبەخشەکان دەکات وە بەشێوەیەکی خراپ لێکدانەوە بۆ هەڵچونەکان نەکرێت لەکاتی گرفتوکێشەدا

زانایانی ئەمریکی دەریانخستووە کە (٩) هەڵچوونی سەرەکی هەیە کە ئەم هەڵچونانە بە ڕێژەی جیاواز ڕوودەدات بەپێی توندییەکەی ئەوانیش (توڕەبوون، ترس، خۆشی، ناخۆشی، بێزاری،سەرسوڕمان، گرنگیپێدان...هتد) هەروەها زاناکان گەیشتونەتە ئەوەی کە دوو هۆکار

هەستەکانو هەڵچونەکان دیاری دەکەن کە گۆرانکاری فسیۆلۆجی کەلەلەشی مرۆڤدا ڕوودەدات ئەویتریان هۆکاری تواناولێهاتووی کەسەکەیە بۆ ئەو گۆرانکارییە.

. ص٣ نیت برنامج دلیل الگب البدیل برعایە مرکز الگب البدیل بگنگا الحزن والکابە الاصدار الاول. [٣١]

وە پەیوەندییەك لەنێوان تووڕەبونو دڵەڕاوکێ دا هەیە ، دەرکەوتووە کە دڵەڕاوکێی زۆر، تورەیی بەرهەم دێنێ و دەبێتە هۆی لەدەست دانی کۆنترۆڵی تووڕەبونی خۆمان ئەمەش دەرئەنجام توندوتیژیی لێدەکەوێتەوە ، ئیتر ئەو توندوتیژییە بەرامبەر خودی خۆمان بێت یاخود بەرامبەر دەوروبەر بکرێت.

هەرکات کەسێك توندوتیژی بەرامبەر خۆی دەکاتو خۆی دەسوتێنێت بەهۆی پاڵنەری تورەبونوهەڵچونەکانە وە دەبێت ئەوەی لەلا ئاشکرا بێت لەڕووی جەستەیی‌یەوە دەشیوێنو هەندێکیان هەست بە پەشیمانی دەکەن و کاردەکاتە سەر باری دەروونی کەوابێ ئەو هەڵچوونانەی کە دەبنە فاکتەر بۆ خۆسوتاندن لەدوای پرۆسەکە کۆتایی نایەت بەڵکو کاریگەری سلبی زیاتر دەکات لەڕووی جەستەیی‌و دەوونیەوە.

کاتێك مرۆڤێك یا ژنێك بەهۆی تورەبوونودڵەڕاوکێوە پەنا بۆ خۆسوتاندن دەبات ئەوە لەدەرئەنجامی هەڵچوونی نیگەتیڤەو لەڕادەی ئاسایی خۆی زیاترە وە بەشێوەیەکی بەردەوام بیری لێکردۆتەوەو کاردەکاتە سەر کەسێتی ئەو کەسەبەوەی ڕێگری هەیە لەبەردەم حەزوئارەزووەکانی بۆنمونە کاتێ کچێك پەیوەندی هاوڕێیەتی‌و خۆشەویستی لەگەڵ کوڕێکدا ئاشکرا بێت وە لەئێستا زیاترئەم پەیوەندیانە بە مۆبایل ئەنجام دەدرێت بۆ قسەکردن لەلایەن باوكوبراوە پێبزانرێت ئەوا لەکلتوری کۆمەڵگەی ئێمەدا بەم شێوەیە قسەوباس لەسەر ئەو کچە دەکەن کە بەکارێکی خراپ ناو دەبرێتو

پێی دەڵێن بێدەنگ بە ڕووت یەت قسە بکەیت،یا ڕووت هەیە سەرت بەرزبکەیتەوە یا دەوترێ شەرم ناکەیتو هیچ پێ عەیب نیە بێشەرموڕوو ئەمانە وا دەکات ببنە پاڵنەری بەهێزو کەسێتی ئەو ژنە یا کچە لاواز دەکات بۆیە کاردەکاتە سەرژیانی‌و بیزارو رەشبین دەبێت و پەنا بۆ خۆسوتاندن دەبات بۆتۆڵەکردنەوە بەرامبەر ئەو هەڵسوکەوتەی بەرامبەری دەکرێت.

٩. پاڵنەرەکان:-

پاڵنەر گرنگیەکی زۆری لە ژیانی مرۆڤدا هەیە، لەبەرئەوەی هیچ هەڵسوکەوتو بیرکردنەوەو هەڵچونێك بەبێ پاڵنەر ڕوونادات (د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیای‌گشتی، لا ٨١). [٣٢] .

کاتێك ژنێك خۆی دەسوتێنێ هۆکارێك یا پاڵنەرێك هەیە پاڵ بەو کەسەوە دەنێت ئەو هەڵسوکەوتەبکات یا ئەم کارە ئەنجام بدات چونکە هیچ هەلچونێك لەخۆیەوەو بەبێ هۆ ڕوونادات بۆیە پێشتر ئەو پاڵنەرە دیاری بکات تاکو بزانرێ بۆ ئەم کێشەیە تووشی رەشبینی‌و بێزاری کردوە بەرامبەر ژیانو هەست دەکات گۆشەگیرە وحەز بەتێکەڵاوبوون ناکات.

پاڵنەر حاڵەتێکی (جەستەیی-دەروونی‌یە) لەناوەوەی مرۆڤو هەڵسوکەوت(رەوشت) لەبارودۆخێکی تایبەتیدا دەجوڵێنێو ئاراستەی دەکات بەرەو ئامانجێکی دیاریکراو(راجح،احمدعزت، ١٩٨٥ ،اصول علم النفس ،ص ٧٣) [٣٣]

پاڵنەرەکان هەندێکی مرۆڤ هەستی پێدەکات وە پێویستە مرۆڤ شتێك دەربارەی پاڵنەرەکان بزانێ بۆنموونە کاتێ ژنێك خۆی‌دەسوتێنێ تاکو بەرەو نەوت یا بەنزین نەڕوات هەست ناکەین ئەیەوێ چی بکات ئایا ئەیەوێت ئەو نەوتەیا بەنزینە بۆ زۆپا،پەرەمێز یا موەلیدە بەکاری دەهێنێت ئامەنجەکەی دیاری کرد بۆ داگیرساندنی ئەو ئامێرەیە کەوابێ پاڵنەری نەمانی نەوت یا بەنزین لەو ئامێرەدا کەئەمە لایەنێکی باشی پاڵنەرە. بەهەمان شێوە کاتێ

دەبینرێت نەوت یا بەنزین دەکات بەگیانی خۆیدا ئەو کاتە دەزانرێت ئاراستەی بەرەو ئامانجی خۆسوتاندنە واتە پاڵنەری گڕبەردانە لەجەستەی خۆی کە ئەم پاڵنەرەیان بەشێوەی سلبی کاریگەری هەیە لەسەر مرۆڤ.
پاڵنەرەکانیش چەند جۆرێکن لەوانە پاڵنەری بۆماوەیی کەلەیەکەم چرکەی ژیانەوە لای مرۆڤ هەن وەك برسێتی،خەو،ئێداویستیهەواوئۆکسجین، پاڵنەرە وەرگیراوەکان لەو ژینگەیەی کە مرۆڤی تێدا دەژی وەریدەگرێت وەك پاڵنەری کۆمەڵایەتیگشتیەکان واتە ژیان لەناو کۆمەڵ داو بەرگەنەرگرتنی تەنیاییو گۆشەگیری،پاڵنەرە کۆمەڵایەتیە شارستانیەکان کەتایبەتە بەشارستانیەتێكو لەشارستانیەتێکی تردا نیە وەك زاڵبونوکۆنترۆڵکردنی هەڵسوکەوتی کەسانی تر،دەستدرێژیوشەڕخوازی..هتد، وە پاڵنەرە کۆمەڵایەتییە تاکەکان کە ئەم پاڵنەرە تایبەتە وتەنها مولکی تاکەکەسن وەك سۆز،ئاستی خۆشیوهیوایی،حەزوئارەزوو. (راجح،احمدعزت، ١٩٨٥ ،اصول علم النفس ،ص ١١٥) [٣٤]

پاڵنەری خستنە پاڵ ئەمەش گرنگی بە ئەو سەرچاوەو هۆکارانە دەدات کە دەبن بەبنەما بۆ وەرگرتنی بڕیار(د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیایگشتی، لا ١٠٠).[٣٥].
خۆسوتاندن بەهۆی هۆکاری ناوەکیو دەرەکییەوە دەبێتو کاریگەری پاڵنەرەکان زیاد دەکات لەژیانی ئەو کەسە بۆنمونە کە خوێندکارێك خۆی دەسوتێنێ بەهۆی دوو پاڵنەرەوەیە یا ئەوەیە کە هۆکاری ناوەکییە تایبەتە بە تواناو لێهاتوییوکەسایەتی ئەو خوێندکارە لەگەڵ خوێندن دا یا هۆکاری دەرەکییە کەپەیوەندی بە دەوروبەروژینگەوبارودۆخی ژیانی ئەو خوێندکارەوەهەیە و تواناى ژیانی لەناو ئەو کۆمەڵەدا نامێنێ کە دەبینێت وەك پێویست پاڵپشتی نیە بۆ چارەسەرکردنی کێشەکانی.

کەوابێ ئەو ژنەی خۆی دەسوتێنێ ئەگەر بەهۆی بێدەسەڵاتی خۆی لە چارەسەرکردنی کێشەکانیدا خۆی سوتاند ئەوا هۆکاروپاڵنەرەکەی پەیوەندی بەکەسایەتی ئەو ژنەوەهەیەو ناوەکییە، بەڵام ئەگەر لەبەرئەوەی هاوسەرەکەی غیرەی لێ دەکات ئەوا بارودۆخەکە فاکتەری دەرەکیە پاڵنەرە بۆ خۆسوتاندنی کەواتە پاڵنەرە دەرەکییەکان وەك کێشەی خێزانی، کۆمەڵگەودەوروبەر...هتد . کە پاڵنەری کۆمەڵایەتی زاڵبوون وکۆنترۆڵکردنی کەسێتی ئەو ژنە لەلایەن هاوسەرەوە. لەهەمان کاتدا ئەوانەی خۆیان دەسوتێنن لە بێدەسلاٌتیان نیە لەچارەسەرکردنی کیشەکانیدا چونکە ڕەنگە چەند ڕێگا چارەسەرێکی هەبێ بۆ کۆنترۆڵکردنی گرفتوکێشە بەڵام بەهۆی ئەو کۆمەڵگە باوکسالاریەی تێدا دەژی بەهەند وەرناگیرێت کەوابیٚ هۆکارە دەرەکیەکان زاڵ دەبن بەسەر کەسێتی ئەو ژ نەدا زۆرجاریش هۆکاروپاڵنەرە دەرەکیی و ناوەکیەکان یەك تەواو دەکەنو پێکەوە مرۆڤەکە ئاراستە دەکەن بەرەو بڕیاری خودکوژیوخۆسوتاندن . بۆیە پێویستە ئەو ژنە تێبگەیەنرێت کە بەرپرسە لەچارەسەرکردنی گرفتەکانیو چارەسەرکردنی هۆکارە دەرەکییەکان چونکە گرفتوکێشە بونیان بەشێکە لە ژیاندا.
ماسلۆ دەربارەی پاڵنەرو پێداویستیەکانی مرۆڤ بەم شێوەیە پۆلین دەکات –
پێداویستی فسیۆلۆجییەکان (خواردنوخواردنەوە)پێداویستی ئاسایشودڵنیایی بۆئەوە ی مرۆڤ دووربێ لە دڵەڕاوکێو ترسو شڵەژان ئیسراحەت، پێویستی بە دڵنیاییو سەلامەتی هەیە، پێداویستی خۆشەویستی، بۆ تێرکردنی ئەم پێداویستیە مرۆڤ تێکەڵ بە کۆڕوکۆبونەوەی کۆمەڵایەتیەکان دەبێت بۆیە کاتێك دووربخرێتەوە لە کەسانی ئازیزوتێکەڵاونەبونی بە خەڵکی وا دەکات هەست بە ناخۆشیو دڵتەنگیو بێزاریبکات، پێداویستی ڕێزگرتنی خود، ئەم جۆرە حەزو ئارەزووی مرۆڤە بۆئەوەی کەسایەتی سەربەخۆی هەبێت کەس سوکایەتی

پێـدەکات کاتێـك لـەم پێداویـستیە بـێ بـەش دەبێـت هەسـت بـە کـەمیو بێتوانـــایی و لاوازی کەســێتی دەبێـــت ڕووبــــەڕوی کێـــشەی دەروونــــیو کۆمەڵایەتی دەکاتەوە پێداویستی هێنانەدی خود ئەم پێداویستیە مانای وایە مرۆڤ دەیەوێت حەزوئارەزووی لـە ژیـانی واقیعیـدا بهێنـە دی ، کـە بـەبڕوای ماسـلۆ، ئـەم پێداویـستییە تایبەتـە بەکەسـانی کامـڵو پێگەیـشتوو چـونکە منداڵو نەوجەوانان ناتوانن بیهێننە دی لەبەرئـەوەی تواناکانیـان بەتـەواوی گەشەی نەکردووە بۆیە نـاتوانن خـودی خۆیـان بهێننـە دیو بـبن بـەخاوەنی ناسنامەوهاوڕێوپیشەوهاوسەروخێزانی تایبـەتی بـە خۆیـان. وە پێداویـستی زانینو تێگەیشتن وێڵ بوونە بـەدوای زانـینو تێگەیـشتن لـەدیاردەکانی ژیـان (د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیایگشتی، لا ١٠٤-١٠٧).[٣٦].

لێرەوە ئەو پێداویستیو پاڵنەرانەی وا دەکات ببنـە هۆکـار بـۆ خۆسـوتاندنی ژنان بەهۆی یەکێك یاخود نەبوونی چەند پێداویستیەکەوە دەبێـت بۆنمونـە هۆکــاری خراپـــی ئــــابوری دەبێــــتەهۆی دابـــین نــــەکردنی پێداویـــستی (خواردنوخواردنەوەو پۆشاك ...هتد) کەبەهۆی نەبوونی ئابووری سەربەخۆ لەژنانـدا لـەنێو خێزانەکانـدا بەدیـدەکرێت نـەبونی پێداویـستی ئاسـایشو دڵنیایی لەخێزاندا هۆکارێکە بۆ ناسەلامەتی ژیانی ژن چونکە لەژینگەیـەکی نائارامدا دەژی وا دەکات خۆی بسوتێنێ.

بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر لەئەنجامی نەبوونی پێداویستی خۆشەویستی لەلایەن دەوروبەرو کۆمەڵەوە وا دەکات هەسـت بـە بێـزاریو ڕەشـبینی بکـات لــەژیانو گڕلەجەســتەی خــۆی بەربــدات بــەهۆی نــەبوونی پێداویـــستی خۆشەویـستیو جوانکـاری لەجەسـتەیدایە. بـەهۆی ئـەوەی لەکۆمەڵگـەی ئێمەدا ژنان کەسایەتیەکی سەربەخۆیان نیە بەڵکو لەلایـەن ڕەگـەزی نێـرەوە بناغـەی کەسـێتی بـۆ دارێـژراوە ئەبێتـە پاڵنـەر بـۆ خۆسـوتاندن لەئـەنجامی

سـوکایەتی پـێ کـردنو ڕێـز نـەگرتنی لەلایـەن بـاوكوبراو هاوسـەرەکەیەوە. بڕواو متمانەی بەخۆیو دەوروبەر لاواز دەبێت.

بەهۆی پاڵنەری پێداویستی هێنانەدی خود لەژیانی واقیعیـدا هۆکارێکی تـرە وا دەکــات کــچ یــان ژن خــۆی بــسوتێنێت چــونکە وەك ماســلۆ دەڵێــت لەنەوجەوانان دا ناتوانرێ ئەم پێداویستیە بێتەدی ڕەنگە بەحەزو ئارەزووی خۆیــان هاوڕێوهاوســەر دیــاری بکــەن بــەڵام لەبەرئــەوەی پێنەگەیــشتووە تواناکانیان ئەوا ناتوانن خـودی خۆیـان لـە واقیعدا بهێننـە دی بۆیـە ڕێـژەی زۆری ئەوانەی خۆیان دەسوتێنن لەتەمەنی هەرزەکاریدایەو نەوجەوانن.

١٠-بڕیار وەرگرتن

بــەبڕوای هــەردوو زانایــان (ئــۆدەڵو دانیــاڵ) وەرگرتنــی بڕیــار بەشــێکە لەئیـستراتیجیەتی بیرکردنـەوە لەبەرئـەوەی بڕیـار وەرگـرتن پێویـستی بـە ژمارەیـــەك پرۆســـەی عـــەقلیو بیرکردنـــەوەی وەك (شـــیتەڵ کردنـــەوە، هەڵسەنگاندنو هەڵهێنجانویادکردنەوەوبەراورد کـردن) هەیـەو دەبێـت تـاك لــەکاتی بڕیـــاردان دا ئاگـــاداری ئــەو پرۆســـەی عەقڵییانـــەبێت. (الجـراح ،عبدالناصرذياب، ٢٠٠٤ ، علم النفس العام ،ص ٣٣١) [٣٧]

کەوابێ ئـەو ژنـەی بڕیـاری خۆکوشـتن یـا خۆسـوتاندن دەدات بەپرۆسـەیەکی عەقڵی بڕیار نادات چـونکە بـەهۆی هەڵچونەکانو توڕەبونەکانیـەوە بڕیـاری داوەو بـەهۆی هۆکـاری ڕاڕایی،دوودڵـی یـاخود بـڕوا بـەخۆ نـەبوون بـەتواناو لێهانووی خۆی بۆ چارەسەرکردنی گرفتوکێشەکانی ، هەندێ جار کەسایەتی لاوازەوبەردەوام بیر لەکێشەکانی دەکاتەوە وگەورەیان دەکاتو خەفەت زیـاتر دەخواتوناتوانێت خـۆی یـەکلایی بکاتـەوە. کاتێـك خـۆی دەسـوتێنێ بـڕوای وایە چاری ناچار بووە بۆیە ئەو بڕیارەی داوە، دەرئەنجام بڕیارە لە ئەستۆی خۆی دایە و پێی ڕازییە وە هەندێ جار پەشیمانی بەدوادا دێت.

لەئەنجامی ئەوەی کە پێشبینی ئەوەی کردووە بەخۆسوتاندن دەمرێتو مەرگی هەڵبژاردووە بەڵام بەپێچەوانەوە دەبێت سەرەڕای مانەوەی لەوژیانەدا کە بەتاریکی دەبینێت دەکەوێتە ژێر فشاری دەروونی زۆرو گرفتی زیاتری بۆ دروست دەکاتو تێکچونی جەستەیی بەدوا دێت بۆیە پەشیمانی و زیانی زۆری لێدەکەوێت. بۆیە لەکاتی ڕووبەڕوبونەوە لەکێشەوگرفتی رۆژانە کە تایبەت بێ بەژیانی خێزان یا پەیوەست بووە بە کاروپیشەیەك گەر تووشی دوو دڵی بوون ببێت پێویستە ڕأوبۆچونی کەسانیدڵسۆزوشارەزاو پسپۆڕ پرسیار بکرێت بۆ وەرگرتنی چەند گریمانەیەك بۆ چارەسەرکردنی ئەو کێشەو گرفتە وە بڕیاری کۆتایی لەهەڵبژاردنی ڕێگا چارەسەرەکان بۆخۆمان بێو ڕەنگە ئەو کەسانەی کە خۆیان دەسوتێنن بڕیارەکەیان "ستایڵی بڕیاری بەناچاری بێت کە بەهیچ شێوەیەك بی لە ئاکامو دەرئەنجامی بڕیارەکەیان ناکەنەوە و بۆ قەدەرو بارودۆخی بەجێدەهێڵن دەڵێن خوا چی کردبێو چی نوسیبێ هەر ئەوەدەبیٚ یا لەجۆری بڕیار دەری بە ئیلهام کە ئەم جۆرەیان لەمیانەی هەست پێکردنو ئیلهامو بیروبۆچونی کورتوپڕولەناکاوەوە بڕیار دەدەن بەڵام ناتوانن بەدەست گوزارشت لەوشتانەبکەن کە هەستی پێبکەنو بەردەوام دەڵێن ((واهەست دەکەم کە ئەمە ڕاستە)) "(د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیایگشتی، لا٢٧٣ -٢٧٤ . .[٣٨].

کەوابێ ئەو ژنانەی خۆیان دەسوتێنن لەژێرکاریگەری دوو ستایلی بڕیار وەرگرتن دان ئەوانیش ستایلی بڕیاری بەناچاریو بڕیاری بەئیلهام، بەپرۆسەی بیرکردنەوەی شیتەلکردنوهەڵسەنگاندن ،هەڵهێنجانویادکردنەوەوبەراورد کردن دا بڕیارەکەیان نەداوە.لەهەمان کاتدا بەشێوەیەکی گونجاو بیریان لە ئاستەنگەکانو خاڵە ئیجابیەکانی چۆنیەتی چارەسەرکردنی کێشەکانی خۆیانیان نەکردۆتەوە.

بەشی یەکەم:

تەوەری دووەم\ توێژینەوەی پێشوو:-

١. لە لێکۆڵینەوەیەکی برۆفیسۆر (سانزبری) لەژێر ناوی (خۆکوشتن لە لەندەن) هۆکاری سەرەکیو لاوەکی دیاریکردووە کەلەسەر (٣٩٠) حاڵەت لەساڵی ١٩٣٦-١٩٣٨ ە کە دەلێت لەزۆربەی حاڵەتەکانی خۆکوشتن دا زیاتر لەهۆکارێك هەیەپاڵنەرە بۆ ڕوودانی خۆکوژی، هۆکارەکان دابەش دەکات بەسەر پێنج هۆکار ئەوایش (هۆکاری کۆمەڵایەتی، لەدەستدانی کۆنترۆڵی عەقڵ، هۆکاری تایبەتی تاکەکەس، نەخۆشی فسیۆلۆجی،تێکچوونی کەسێتی) وە باس لەپاڵنەری خۆکوشتن دەکات کە پەیوەندی بەبێ کاری هەیە بەتایبەت لەکاتی ئەم توێژینەوەیەدا کە لەئەوروپادا بێکاری ڕێژەی زیادی کردبوو وەلەم ٣٩٠ حاڵتەدا دەریدەخات کە هۆکاری ڕاستەوخۆ بریتیـیە لە لەدەستدانی خۆشەویستی رۆمانتیکی،سکپڕیی بە ڕێگەی ناشەرعی، دەرنەچوون لەتافیکردنەوەی کۆتایی ساڵدا. (د.احسان، ١٩٩٩ ،موسوعه العلم الاجتماع ،ص٧٥) [٣٩]

٢. بەپێی لێکۆڵینەوەکان هاتووە کە لەسەردەمی ئەمرۆدا زۆرترین حاڵەتەکانی خۆکوشتن لە نێون تەمەنی ١٤-٤٤ساڵیدان. لەم چەند ساڵەی دوایشدا (لەم بیست ساڵەی دوایدا) گۆڕانێکی گەورە لەپەیوەندی نێوان تەمەنو دیاردەیخۆکشتن هاتۆتە ئاراوە ، بەجۆرێك ڕێژەی خۆکوشتن لەنێوان گەنجاندا زۆر زیادی کردووە. Companion to psychiatry studies , 2004, p 662 ([٤٠]

٣. لەمانگی ٣ی ٢٠٠٢ دا لە مازندەران ئەنجامی توێژینەوەیەك لەسەر ٣١٨ حاڵەتی سووتان لەڕێگەی پشکنینی شیکاریی جەستەیی لەماوەی ٣ ساڵدا لە ئێران بەم شێوەیە بوو ، ناوەندە تەمەن بریتی بوو لە ٢٧ ساڵ، ڕێژەی ٨٣٪ ی نمونەکە شوویان کردووە واتە زۆرینەیان خێزاندار بوون، لە ڕووی

رۆشنبیرییەوە ژنی ماڵەوەو ئاستی رۆشنبیری بەرزیشی تێدابوو،رێژەی ٦٢٪ نیەتیخۆکوشتنیان هەبووە بەتوندی، پێشتر بیریان لە خۆکوشتن کردۆتەوە، پاڵنەری سەرەکی بریتی بووە لەکێشەو ئاژاوەی نێو خێزانەکان ، رێژەی ٪ ٧٥ خۆیان کەسێتیەکی شپرزەیان هەبووە، ٣٠٪ بەهۆی نەخۆشی درێژ خایەنو دەروونیەوە پەنایان بۆ خۆسوتاندن بردووە، رێژەی ٧٩٪ مردوون، زۆربەی ئەوانەی خۆیان سووتاندووە گەنجنو لەچوارچێوەی کێشەخێزانیەکاندا بووە بۆیە پێویستە زیاتر گرنگی بدرێت بە خێزان بەتایبەت هەڵبژاردنی هاوبەشی ژین بۆ پێکهێنانی خێزان بە شێوەی دروست. (Mehran Zarghami, Alireza Khalilia , Deliberate self-burning in Mzandaran, Iran, March 2002, page 115-119)

٤. ئەگەرچی دیاردەی خۆسوتاندن لەکوردستاندا دیاردەیەکی کۆنەو بەردەوامی هەیە و لەئێستادا ژمارەیان ڕوو لەزیادبووونە بەلاّم بەداخەوە کە متر بۆتە جێی باس‌وگفتوگۆی ناوەندەکانی لێکۆڵینەوە،یان بەشێوەیەکی زۆر کەم لێکۆڵینەوەیان لەبارەوە کراوە،لەنێوەند زانکۆوخوێندنی بالاّدا ڕەنگە لێکۆینەوە کرابێت لەسەر خۆکوشتن ،یا ئەگەر خوێندکاری دواقۆناغ لێکۆڵینەوەیان لەم بارەیەوە کردبێ ئەوا بەمەبەستی دەرچوونودەرەجە بووە بۆیە نەیانتوانیوە سنوری زانکۆ ببڕێتو ببێتە لێکۆڵینەوەیەکی دیار لەوبوارەدا ڕێکخراوەکانیش کەمتر بایەخ‌وگرنگیان بەم دیاردەیە داوە وەك توێژینەوەئەگەر هەشبێ‌وەك ئەوا دوای هەوڵدان بەردەستمان نەکەوتووە بۆنمونە ڕێکخراوی (ئاسوودە)لێکۆڵینەوەیەکی ئەنجامداوەبەلاّم دوای ، بینرا ئامارەکان بەم شێوەیە بوو(ساڵی ٢٠٠٣ (٣٢٩)ژن سوتاوەو ساڵی ٢٠٠٤ (٢٩١)ژن سوتاوەلە ساڵی ٢٠٠٥ (٧٧٨)ژن سوتاوە ئەوەش ئەو حاڵەتانەیە کە لەنەخۆشخانەی ئیمیرجینسی تۆمارکراوە هەر بەپێی ئامارەکانی هەمان دەزگا دەرکەوتوە (٢٢٢٢)ژن سوتاوەو لەئەنجامی توێژینەوەیەکی زانستی کە لەکۆتایی ساڵی ٢٠٠٥ دا ئەنجامدراوە دەرکەوتووە لەسنوری شاری سلێمانی دا

لەهەموو رۆژێکدا (٥) ژن خۆی سوتاندووە) .بەلاّم جیاوازییەك هەیە لەنێوان هەردوو ئامارەکەدا کە لە سەرچاوەی جیاواز وەرگیراوە لەم بارەشدا دەکرێت دوو گریمانە هەبێ یان ئەوەتا ئامارەکان بەنادروستی لەلایەن سەرچاوەکان ئینتەر نێت بلاّودەکرێتەوە یا ئیمیرجینسی بەهەڵەو هەر جارەو ئامارێك بدات بەو کەسانەی کە داوای دەکەنو لێکۆڵینەوەی لەبارەوە دەکەن. بەدواداچون نەتوانرا وێنەیەك لەو لێکۆینەوەیەمان بدرێتێ ئەگەرچی کورتەیەکی ئەو توێژینەوەیە لە سایتی(http://www.denegakan.com)باسکراوە.

٥. ئەگەر باسی کوردستان بکەین دەبینین زۆربەی حاڵەتەکانی خۆکوشتن لەنێوان گەنجاندایە و کەمتر پیرەکان خۆیان دەکوژن. (د.رەوشت رەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٢٥)[٤١]

بەشی سێیەم/ ئامارەکانو سەرژمێری سووتانوخۆسوتاندن

ئامار کە لقێکە لەزانستی ماتماتیك بەشێوەی جیاجیا لە کۆمەڵناسیولقەکانیتری زانستە کۆمەلاّیەتیەکاندا بەکاردەهێنرێت.زیادبوونی سوودوەرگرتن لە تەکنیکە ئامارییەکان بۆتە هۆی ئەوەی ئاماری کۆمەلاّیەتی (الاحصاو الاجتماعی) بەشێوەیەکی بەرچاو پەرەبسێنێ. ئامار بنەمای توێژینەوەی گشت زانستە مرۆییەکان،زانستە مرۆییەکان،زانستە سروشتیەکان، زانستە بایالۆژییەکانو زۆربەی زانستەکانی ترە.چونکە بۆ ئەنجامگیری واقیعیانە هەموویان پێویستیان بە ژمارە،ژمێریاریوئەزموونکردن هەیە، ئەم لقەی فێری گرنگیی گۆڕینی تایبەتمەندییە چۆنایەتییەکان بۆ چەندایەتییەکان لە شیکردنەوەدا کردووە. (د. مەنوچێەر موحسن،و. موسڵح ئیروانی،٢٠٠٥،کۆمەڵناسی گشتی لا ٦٧)[٤٢]

ڕەنگە بوترێت کە خودکوژی یا خۆسوتاندن بۆچی لەسالاّنی پێش ڕاپەرین دا نەبووە، بەڵێ ئەوکاتانەش هەبووە لەکۆنەوە ئەم دیاردەیە بوونی هەبووە

بەلاْم دەرنەكەوتوونو كەس نەيزانيوە، كەناڵێكی ڕاگەياندن يا ڕێكخراوێك نەبووە هەواڵەكەی بە خەڵك بگەيەنێت، پاشان فراوانی دانيشتوانو چڕی شاروشارۆچكە كە بەوهۆيەوە ڕێژەيەكی زۆری ئەو كارەی تێيدا ڕوودەداتو لەئێستادا كەناڵی ڕاگەياندنوئينتەرنێت هەواڵوڕووداوەكان بلاْودەكەنەوە هەر بەوهۆيەشەوە بەناو خەڵك دا وەك پەتا بلاْو دەبێتەوە.

– ئاماری هەندێك دياردەی خۆسوتاندنو سووتاوی بەپێی ئەو سەرچاوانەی زانياری لە ئينتەر نێت http://www.krg.org/ ، بەم شێوەيەی لای خوارەوەيە:-

ساڵی ١٩٩١ بريتی بووە لە (١٢٨)كەس ، ساڵی ١٩٩٢ بريتی بووە لە (٣٩)كەس، ساڵی ١٩٩٣ بريتی بووە لە (٧٩)كەس، ساڵی ١٩٩٤ بريتی بووە لە (١١٣)كەس، ساڵی ١٩٩٥ بريتی بووە لە (١٥٨)كەس، ساڵی ١٩٩٦ بريتی بووە لە (١٥٣)كەس، ساڵی ١٩٩٧ بريتی بووە لە (٢١٣)كەس، ساڵی ١٩٩٨ بريتی بووە لە (٣٧٧)كەس، ساڵی ١٩٩٩ بريتی بووە لە (٣٤٩)كەس، ساڵی ٢٠٠٠بريتی بووە لە (٢٣٦)كەس، ساڵی ٢٠٠١ بريتی بووە لە (٢٠٢)كەس، ساڵی ٢٠٠٢ بريتی بووە لە (٣٠٣)كەس، ساڵی ٢٠٠٣ بريتی بووە لە (٣٢٥)كەس، ساڵی ٢٠٠٤ بريتی بووە لە (٨٣١)كەس، ساڵی ٢٠٠٥ بريتی بووە لە (٣٠٠)كەس، ساڵی ٢٠٠٦ بريتی بووە لە (٣٣٥)كەس، ساڵی ٢٠٠٧ بريتی بووە لە (٢٦٠)كەس. سەرنج بدەين لەو ئامارانەدا دەردەكەوێت كە ساڵی ١٩٩١ بەبەراوردكردن بە ساڵەكانی ١٩٩٢-١٩٩٣ ژمارەی خۆسوتاندن يا سووتاویزۆر زياترە دەكرێت لەوەوە هاتبێت كە لەوكاتەدا بەهۆی ئەو بارودۆخەی كە باری سياسی كوردی پێدا تێپەڕیو ڕاپەڕينو چارەنوسی ميللەتی كورد بەرەو گۆڕان لە ژيانی ئابووری ،سياسی،كۆمەڵايەتی ناجێگير بووەو گۆڕانەكان بەشێوەيەكی خێرا تێدەپەڕنو ڕوودەدەن مرۆڤی كورد لەوپەستانەی كەهەبوو لەساڵانی پێشتردا كە حكومەتی بەعس دەسەڵاتدار بوو كاريگەری لەسەر گۆڕانكارييەكان لە كوردستان داتا چەند

ساڵێك دوای ڕاپەڕين بەجێهێشتوو لەهەمان كاتدا ترسی گەڕانەوەی بەردەوام هەبووە لەسەر مرۆڤی كورد ئەم زروفە ناجێگيرە بێهيوایوترسوتۆقانێكی دروستكردووە لەسەرتاكەكانی كۆمەڵگا. ئەمە بەدەر لەوەی كە لەوكاتەدا پێويستيەكانی وەك كارەبا لە وولاْتدا بوونی نەبوو خەڵكی بەگشتی پشتی بەئاگر بەستووە بۆ ئامادەكردنی پێويستيەكانی وەك (ڕووناكی،خواردن،گەرمكردنەوە)بۆيە دەكرێت لەوساڵانەدا سووتاوی زۆربێت ئەگەرچی ڕوونكردنەوەی وورد نيە لەسەرئەوەی كە حاڵەتەكان خۆسوتاندنە يان سووتان كەئەمەيان جياوازەو بابەتی لێكۆڵێنەوەكەی ئێمە نيە. وە دواتر لەساڵی ١٩٩٢-١٩٩٣ ووردەووردە زروفی كورستان بەرەوجێگيری ڕۆيشتوو حكومەتی هەرێمی كوردستان جێی دەسەڵاتی داگيركەری گرتەوە ،هيواوخۆزگەكانی تاكی كورد نزيكتر بوو لە هێنانەدی. ١٩٩٤-٢٠٠٦ جارێكی تر دياردەكە ڕوو لەزيابوون كردووە ،ژمارەی سوتان زياد دەكات ،ئەمەش بەهۆی گەمارۆی سەر عێراق بووە هۆی باری گوزەرانو ژيانی خەڵك ڕوو لە خراپی بكات رەنگە هۆكاری ئەمەش بۆ خراپی ئابوری خێزانەكان بگەڕێتەوە كە بۆتە هۆی خۆسوتاندن، وە شەڕناوخۆو هەڕەشەكانی دەرەوە كاريگەريی زۆری هەبووە نائارامی دەروونیوكۆمەڵايەتی تاكەكانی كۆمەڵگا، لەنێوان ساڵەكاندا ڕێژەكە گۆڕانی بەسەر دا هاتووە ،وە لەساڵی ٢٠٠٤ دا ئەم ژمارەيە دەگاتە بەرزترين ئاست كە ٨٣١ كەسە پەنايان بۆ خۆكوشتن لەجۆری خۆسوتاندن بردووە بەهۆی ڕژێمی ڕووخاوی صدام لەهەموو عێراقدا چەندين گۆڕانكاری (سياسی،كۆمەڵايەتی،ئابوری)بەشێوەيەكی خێرا كاريگەرييان هەبووە لەسەر ڕۆڵی كۆمەڵايەتی ژنان لەخێزانو كۆمەڵدا، بەناوی شەرەفپارێزی يەوە ژنان ڕووبەڕوی كوشتن بونەتەوە

- لـەئامارێکی تـردا لەشـاری سـلێمانی سـاڵی ٢٠٠١ لـە نەخۆشـخانەی فێرکـاری (٢٣٦) کـەس ناویـان تۆمـارکراوە. (ئـاوات محمد،لێکۆڵینەوەیـەك لەسەر دیاردەی خۆسوتاندنی ژنان،ڕێکخراوی ئاسودە،٢٠٠٤، لا ٥)
- لەسـاڵی ٢٠٠٥ دا ئامـاری ئەوانـەی بـەهۆی سـوتاندنەوە مـردون بریتییـە لـە (٢٠٣) کـەس لـە هـەولێر. کـە (٪٩٧)یـان گـەنجن، لـەم ئامـارەدا ئاماژەبە رەگەز نەدراوە.
- لەساڵی ٢٠٠٦ دا هەر لەهەولێر(٥٤٥)کەس خۆیان سوتاندووە کە نیو ملیۆن ژمارەی دانیشتوانەکەیەتی (٣٣٣) ژن،(٢١٢) پیاو "الحیاه ٢٠٠٧"
- لەلێکۆڵینەوەیەکدا لەلایەن (مرکزحمایة المراة العراقیة) فی العـرق لەماوەی ١٢ ساڵی رابـردودا کـۆی گـشتی خۆکوشـتن لـە کوردسـتانی فیـدراڵ دا (٢٦٠٤) ژنـە، لـەم ژمارەیـەدا (٢٠٩٥) ژن پـەنایان بـۆ خۆسـوتاندن بـردووە بـۆ خۆکوشتن.
- سـاڵی ٢٠٠٦ ژمـارەی سـووتان لـە شـاری سـلێمانی بـەپێی ئامـاری نەخۆشخانەی ئیمیرجینسی کە لێپرسراوی بەشی تەندروستی (ڕووناك فرج) لە یەکێتی ژنانی کوردستان وەرگیراوە بەبێ ئـەوەی پلـەی سوتاوی‌و هۆکـاری خۆسوتاندن دیاری کرابێ تەنها ڕەگەزو تەمەن دیاریکراوە بەم شێوەیە بووە: (٧٥٩) کەس سووتاون لە نێوان تەمەنی(١ ساڵ کەمتر تا زیاتر لە ٥٠ ساڵ) ، (٦١٥)مـێ ، (٦٠٩)نێـر.،٢٢١ کـەس بـەهۆکاری سـوتان مـردوون کـە (١٦٤) کەسیان ڕەگەزی مێبووە، وە زۆرترین ژمارە کە ڕووبەڕوی سـوتان بونەتـەوە لەنێو ژنان دا لەکۆی(٦١٥)، (٣٢٦) کەسیان لە تەمەنی (١٥-٤٩) ساڵن.
- بـەپێ ی ئامـارێکی تـر لـەماوەی یـەك مـانگ دا لـە (٢٠٠٧/١/١-٢٠٠٧/١/٣١) لەهـەولێرو دەوروبـەری بریتـی بـووە لـە (١٤٩) حالـەتی سـووتان تۆمـار کـراوە،(٥٣) ژنیـان مـردووە، (١٠٩) حالـەت بەقەزاوقـەدەر تۆمارکراوە،(٤٠)ژن بە خۆسوتاندن تۆمـارکراوە. ئامـاری دهـۆك‌و دەوروبـەری

لەهەمان ماوەدا (٦٣) حالەتی سـووتان هـەبووە کـە (١٢) ژن مـردووە، (٥٣) ژن بەقەزاوقەدەر وە (١٠) حالەتیش بەخۆسوتاندن تۆمارکراوە.

بـەپێی ئامـارێکی رەسمـی وەزارەتـی تەندروسـتی، تـەنها لەسـاڵی ٢٠٠٧، ئـەو کەسانەی کە بـەهۆکاری سـووتان (جـا خۆسـووتاندن بـوو بێـت یـان سـووتانی ئاسـایی)مـردوون، کەبەشـێکی زۆری خۆسـووتاندنەکان لەبەرئـەوە بـووە کـە مافەکانیان پێشێل کـراوە، ٥٩٠ حالـەت بـووە، کـە زیـاتر لـە ٤٤٥ حاڵـەتیان لـە ڕەگەزی مێ بوون، ئەو جگە لەوەی کەزیاتر لە ٥٥٠ کـەس دیکـەش سـووتاون، بەڵام نەمردوون. http://www.rozhnama.com[٤٢]

ئەوە ماوە بوترێت ئەوەیە کـە لـە سـەرجەم ئامارەکـانی ڕابـردووو ئێـستاشدا هەست دەکرێت کە کەسی سووتاو نەیتوانیوە یان نەیویستوە ڕاستی ڕووداوی سـووتاویەکە ئاشـکرا بکـات بۆیـە ئامارەکـان وورد نـاتوانن حاڵەتـەکانی خۆسوتاندن‌وسووتاوی دیاری بکەن.

پلەکانی سووتاوی :-

ئاشکرایە پێـست لەشـی مـرۆڤ لـە هـەموو کاریگـەرێکی دەرەکـی کـە لەوانەیـە زیـان بـە مـرۆڤ بگەیـەنێ ئـەپارێزێ، یەکـەم بەشـێکیش کـە سـووتاوی بەرئەکەوێت پێستەو ئەویش پڕە لە دەماری هەسـتیار، بۆیـە مـرۆڤ یەکسەر لـەو کاریگـەری دەرەکیـە دوور ئەکەوێتـەوە هـەر کاتێـك هەسـتکردن بـەو کاریگـەرە بـە چـەقە دەمارەکـان بگـات. ئـەو پلـە سووتاوییەی کـار لەبەشـی دەرەوەی ڕووی پێـست ئـەکات ئەبێتـەهۆی دەرخـستنی دەمـار و بەشـە هەسـتدارەکان بـەوەش هەسـتکردن بـە ئـازار زیـاد دەکـات بـەڵام کاتێـك ئـاگر هەموو چینەکانی پێـست دەگرێتـەوە ئـەو کاتـە هـەموو بەشـە هەسـتدارەکان ئەمرن و هەستکردن بە ئازار کەم ئەبێتەوە.

لـە زۆربـەی کاتـدا قـوڵیی برینـی سـووتاوی، پـشت بـە پلـەی گـەرمی سووتێنەرەکەو کاتی سوتانی مرۆڤەکە ئەبەستێ. سووتاویش کـە لەئـەنجامی

ئاگر یان شلەو شتە گەرمەکان پەیدا ئەبێ لە سێ شێوەدا دەرئەکەوێ، لە سووتاویی پلەیەکدا پێست تەنها سوورئەبێتەوە، لە سووتاویی پلە دوودا پێست دائەماڵرێو بلقی پڕ لە ئاو دروست ئەبێ بەهۆی تەقینی ئەو بلقانەشەوە ئاو لە پێست بەفیڕۆ ئەچێو بەردەوام ڕووی دەرەوەی پێست تەڕ ئەبێت، لەسووتاوی پلە سێدا برینەکە قوڵترەو پێست ووشك هەڵئەگەڕێ و مێواوی دەرئەکەوێ، هەروەها هەست و ڕەنگی سرووشتی پێست نامێنێو ڕەنگێکی سپی بێخوێنی مردوو وەرئەگرێ، هەندێ جاریش ڕەش هەڵئەگەڕێ.

سووتاویی پلە دوو لە سووتاویی پلەسێ جیاوازە، یەکێك لە جیاکەرەوەکانیان لە سووتانی پلە دوودا موو بە پێستەوە جێگیر ئەبێ و هەر هەوڵدانێك بۆ لێکردنەوەی موو لە پێست ئازارێکی زۆری ئەبێ. بەڵام لە سووتاوی پلەسێدا بەئاسانیو بەبێ ئازار موو لە شوێنی سووتاوییەکە لێئەبێتەوە، ئەویش بەهۆی گەیشتنی سووتاوی بە ناوچەی مووڕەگ. پلە گەرمییە زۆر نزمەکان ئەبنە هۆی سوتان ئەو ئەنسیجانەی بەری ئەکەون، بەڵام ئەم جۆرە سوتاوییە جیاوازە لەگەڵ ئەو سوتاوییەی لەئەنجامی پلە گەرمییە بەرزە جۆراوجۆرەکان پەیدا ئەبێ، ئەو بەشەی بە پلە گەرمییە نزمەکان ئەسووتێ بەشێوەی سرووشتی خۆی ئەمێنێتەوە بەڵام ئەو بەشە ئەمرێو ئەرکو توانای لەسەر جوڵەو زیاد بوون نامێنێ تایەك لە دوای یەك ئەنسیجەکان لەبەریەك هەڵئەوەشێنێ. پاشان پلە گەرمییە بەرزە جۆراوجۆرەکان (٪٩٥) ی هۆکارەکانی سووتان پێکئەهێنن، لەهەموو جۆرەکانیش بلاوترە سووتانی ئاگرە مردنیش بە سووتان ڕێژەییەکی بەرزی هەیە، ئەو سووتاوییەی زیاتر لە (٪٤٠) ی ڕووی دەرەوەی لەش ئەگرێتەوە

http://www.bangewaz.com

پلە جیاوازەکانی سووتاوی هەر جۆرەو کاریگەری خۆی لەسەر پێست بەجێدەهێڵێت شێوەوشکڵی جوانی مرۆڤ دەشێوێنێت کاتێك ئەو مرۆڤە

سووتان کۆتایی بەژیانی ناهێنێت ئیدی کەسێکی ڕووخسار شێواوەو هەموو کات هەست بە خەفەتودڵتەنگیو بارێکی دەروونی خراپ دروست دەکاتو مرۆڤێکی کەنارگیرەو گۆشەگیرو دوورەپەرێز دەبێت لە دەوروبەر وکۆمەڵگە ،بۆیە یەکسەر دوای خۆسوتاندن پەشیمان دەبێتەوە. خۆسوتاندن هەموو کات کۆتایی ژیان نیەو نابێتە هۆی مردن یا مەرگ کە هەندێك ژن وەك بێزاری لەژیان هەڵیدەبژێرن بەڵکو زۆرجار ئەو مرۆڤە دەژیوکێشەدەروونیوکۆمەڵایەتیەکانی ڕوو لەزیادبوون دەکاتو شوێنەواری ئەو سووتاویە ئەبێت چەند نەشتەرگەرییەکی بۆبکات لەگەڵ ئەوەشدا هەندێجار لەپلە سووتاوییە بەرزەکاندا کاریگەری خراپ لەڕووی تەندروستییەوە لەسەر جەستەی ئەو کەسە بەجێدەهێڵێت .

بەشی سێیەم :
تەوەری یەکەم

★هۆکارەکانی خۆسوتاندن:

هۆکارەکـانی سـووتاوی؛ کاتێك سـەیری ئـەو کتێبانـە دەکـەین کـە لەزانـستی پزیشکدا نووسراوە بۆمان دەرئەکەوێ هۆکارەکانی سووتان تـەنها لـە هۆکـاری سروشتیو هۆکاری کیمیاییەو ڕوودەدات . هۆکارە سرووشتیەکان هـەتا ئـەم کاتەی ئێستا، تەنها بریتییـە لـەو بارگە کارەباییانـەی ئەکەونـە سەرشـتەکان هـەروەها تیـشکە جۆراوجۆرەکـانیش لـە خـۆ ئـەگرن. لێـدانی کارەبـایی ئـەو سـووتانەی لێئەکەوێتـەوە کـە پێـی ئـەوترێ سـووتانی کارەبـایی. پاشـان هـەردوولای پلـەی گـەرمی پلە گەرمییـە بـەرزەکانو نزمـەکان ئەبنـە مایـەی پەیدابوونی سووتاوی. ئەو سووتانەش کە لە ئەنجامی پلە گەرمییە بەرزەکان پەیـدا ئـەبێت ئـەکرێ بەسـێ بەشـەوە: سـووتاوی ئـاگر کـە هۆکـاری زۆربـەی زۆری ئەو سووتانەیە کـە دێنـە نەخۆشـخانە، پاشـان سـووتاوی کـولاْویی یـان داماڵراو کە بەهۆی شلەی گەرمو کولاْو پەیدا ئـەبێ ڕێـژەی ئـەم سـووتانەش بـــەزۆری لـــەنێو منالاْنـــدا ڕووئـــەدات، هۆکـــاری کیمیـــایی کـــە لـــەماددە سووتێنەرەکانی وەك تفتو ترشـە سـووتێنەرەکانو هەنـدێك لەڕەگـەزەکانی وەك فۆسفۆر پەیدا ئەبێت." [٤٣]http://www.bangawaz.com

خۆکوشتنو خۆسوتاندن بەهەر هۆو بیانویەکەوە بێت دەچێتە نێو خانـەو چوار چێوەی توندوتیژییەوە.

هۆکارەکانی سووتانی ژنان بۆ سێ بنەما دەگێڕینەوە:-

١-ئەوانەی لە ئاکامی دەستە پاچەیی و گیروگرفتەکانـدا بێـزار دەبـنو خۆیـان بڕیاری مەرگی خۆیان بەو شێوە تراژیدییە دەدەن.

٢-ئەوانەی کەسوکاریان لەپشت پەردەی ڕەوشت پارێزیو قسەو قسەڵۆکی بـێ بنـەماوە بڕیـاری مــەرگیان دەدەنو خۆیـان بەهـەر بیانویـەك بێـت دەبنـە

هۆکاری سوتاندنەکەو دواتر پڕوپاگەنـدەی ئـەوە بـلاْو دەکەنـەوە کەلـە کـاتی کاردا سووتاوە.

١-ئەوانـەی بـەهۆی کەرەسـەکانی ئیـشکردنەوەی دەسـوتێن. (لـەتیف فـاتح ، گۆڤاری تەوار، ٢٠٠١ ،ژمارە ٥ ، لا١٠) [٤٤]

ئەوەی لێرەدا باسی لێوە دەکەین بریتییە لە هۆکاری سروشتی لەجۆری ئـاگر کە ژنان بۆ مردن پەنای بۆدەبەن کە ژنێك یا کـچێك خـۆی دەسـوتێنێ و گـڕ لەجەستەی بەردەدات لەوانەیە لەبری پاڵنەرێك یا هۆکارێك چەند هۆکارێـك هـەبێت وا لــەو ژنــە دەکـات ئــەم ڕێگایــە بــۆ خۆکوشــتن هەڵبــژێرێت کــە لەئەنجامی ئەم کێشەو هۆکارانەی خوارەوە کە بە مەبەستی چارەسەر بۆ ئەو کێشەیە یە:-

١-کێشەی خێزانی:

نکۆڵی لەوە ناکرێ کـە خێـزان وەك لـە زاراوەکـان دا باسمـان کـرد یەکەیـەکی ســـەرەکیو گرنگـــەو کۆمەڵگـــەی لـــی پێکهـــاتووە بـــەپێی گۆڕانکـــاریو پێشکەوتنەکانی لایەنی ئابوریوسیاسـیو کۆمەلاْیـەتی لەهـەر کۆمەڵگەیەکدا دەبێتە هۆی پێشکەوتنی خێـزانو کۆمەڵگە وە بەپێچەوانەشەوە. بـەلاْم لـە کۆمەڵگـەی ئێمـەدا تـا ئێـستاش بنیاتنـانی خێـزان پێـوەرێکی لاوازە ئەمـەش کاریگـــەری دەبێـــت لەســـەر ژینگەیـــەکی خێزانـــی کـــە بـــەردەوام لـــە دڵەڕاوکێ،نائارامیو پشێویو ململانێی ئەندامانی خێزان.

لەشاردا دیاردەی تێکەلاْوبوونی نەریتی خێزانو هۆزەکانی هەیە کە زۆرجـار بەریەککەوتن ڕوودەداتو لەو دەرئەنجامانـەش کێبڕکێـی شـەرەفو کەرامـەت پارێزی دێتە پێشێ ئـیتر لێرەشـەوە ژن دەکوژرێو کـچ خـۆی دەسـوتێنێ یـا دەسوتێنرێت ئەوساش سەرگەردانیو خانە خراپی ڕوودەکاتە وولاْت.

ئـەو دابونەریتانـەی کـە هـۆزو خێـزان دەیـسەپێنێ بەسـەر کـچو ژنـدا لـە دواجـاردا دەبنـە توندوتیـژیش هـەر ژنو کـچێکیش لـە چوارچـێوەی ئـەو

دابونەریتە دەربچێت ئەوا لە دۆڵێك یا قەراخ شار دەیدۆزنەوە. لە حاڵەتێكی تریشدا گەر ئەوە نەكرا وا لەو كچە یا لەو ژنە دەكرێت خۆی هەستێ بە سوتاندنی جەستەی خۆی ئەو كاتەش تەنیا ژن ناسوتێنرێت بەڵكو كۆمەڵگە دۆخی شلۆق دەبێتو پێشكەوتنو گەشەسەندن لەو كۆمەڵگەیەدا سست دەكات. (جەبارسابیر ، چرپەچرپی ئەودیو ئازادییەكانی ژن، ٢٠٠٤ ، لا٢٧)[٤٥]

هەربۆیە خێزانی ئێمە پڕە لە گرفتوكێشەی جۆراوجۆر هەر لەسادەترین مافەكانی ئەندامانی خێزان لەڕووی (شوێن،تەندروستی،دەروونی،خۆراكوپۆشاك...هتد) دابین ناكرێ وەك پێویست بە تایبەت بۆ ژنان جگە لەوەی خۆی لە گەورەترین (كبت) دا دەبینێتەوە لە ئاستی دەربڕینی هەستی ژناندا بەوەی ناتوانن ئازادانە گوزارشت لە هەستونەستی خۆیان بكەن بێگومان ئەوانەش دەرئەنجامی ئەو بارە نائاساییە دەروونیانەن كە لەڕابردووەوە تیایدا خێزان سەرچاوەی گرتووەو كاریگەرێتی خۆی لەسەر عەقڵیەتی تاكەكانی كۆمەڵگەكەمان ڕەنگیداوەتە. (كنێر عەبدوڵلاّ ، ژن لەبازنەیەكی داخراودا، ٢٠٠٥ ، لا٤٤)[٤٦]

كێشەیەكی تر كە دەبێتەهۆی كێشەوگرفتوشەڕوئاژاوەی خێزانی ئەوەیە كە تا ئێستاش لە كۆمەڵگەی ئێمەدا یەكێك لەو جیاكارییانەی دەرهەق بەزۆبەی كچان دەكرێت بەهەندوەرنەگرتنی ڕاو بۆچونیانە لەزۆربەی خێزانەكاندا لە هەڵبژاردنی هاوسەردا،زۆرجار وا بووە بەهۆی دەستێوەردانی خزمانوكەسانی دەوروبەربەری كچەكە وەك (باوك،دایك،برا،خاڵو مام) . كچان بوونەتە قوربانی حەزوئارەزووەكانی ئەو كەسانەو لە درێژەی ململانێو مامەڵەكردنە ئاڵۆزانەدا كچان ناچار دەبن دووجۆر شێواز بگرنەبەر یان چارەنوسیان بەقەدەرە وە بسپێرنو دەبنە قوربانی بەرژەوەندییەكانی دەوروبەرو

ملكەچی بڕیارەكانیان دەبن چەندین ڕووداووكارەساتی سلبی لێدەكەوێتەوە وەك(خۆكوشتن، خۆسوتاندن، تەلاّقدان،لێك جیابونەوە) یا لەبەرئەوەی كچەكە ملكەچی بڕیاری خزمو كەسوكار نەبووە بەیەكپك لە ئاقارەكانی كوشتن یا دەربەدەری یا حاشا لێكردن لەلایەن كەسوكارەوە دەبێت. ئەمەش وادەكات كە خێزان بەشێوەیەكی بنەمای لاوازی خۆشەویستیو لێك تێنەگەیشتن بەهەند وەرنەگرتنی رای بەرامبەر لەیەكترو گەورەكردنی قەبارەی ئەو كێشانە وە بەردەوام دەستێوەردانی خزموكەسوكاریان لە ژیانیاندا.

بۆیە ئەو كاتەی پەیوەندی نێوان ژیانی دوو هاوسەر مەحاڵ دەبێت پرسیارێك دیّتە ئاراوە تاچەند كەسوكار ڕۆڵی چارەسەر دەبینێ لە كەمكردنەوەی ڕادەی كێشەكان؟ یەكێك لەو هەلاّنەی كە پێویستە لەو كاتەدالێ ئاگاداربن ڕاوێژكردنە بەكەسانێك كە پێویست بەبونی ناكات بۆنمونە لەوانە بەهۆی رەوشتو خەتایەكی پیاوەكە كێشەلەنێوانیاندا ڕوبدات والەژنەكە بكات كە خەمەكانیو سكالاّكانی بگەیەنێتە هەریەكە لە دایكوباوكیخۆیو ئەوانەش بۆداكۆكیكردن لە كچەكەیان دەكەونە سەرزەنشتی كورەكەو كێشەكەیان ڕوو لەزیاد بوون دەكات(كنێر عەبدوڵلاّ ، ژن لەبازنەیەكی داخراودا، ٢٠٠٥ ، لا٨٦)[٤٧] . دەرئەنجامی لێك جیانەبونەوەو تەلاّق ڕوودەدات هەندێ جار دەبێتەهۆی دروستبونی ڕقو كینە لە نێوانیانداو پیاوەكە لێك هەڵوەشانەوەی خێزانەكەی قبوڵنیە بۆیە كچەكە ژیانی ناخۆش دەبێتو پەنا بۆ خۆكوشتن یا خۆسوتاندن دەبات لەبەرئەوەی ناتوانن قبوڵی زاڵبونو ژیان گوزەرانە بكەن لە چوارچێوەی خێزاندا بەو شێوەیە دەنگی ناڕەزایی خۆیو هەڵوێست وەردەگرێتو تەحەمولی بڕیارەكەی خۆی دەكات ئەگەر لەدوای خۆسوتاند لە ژیاندا بمێنێ وە زۆربەشیان پەشیمان نین ئەیانەوێت لە ژیان ڕزگاریان بێت چونكە ژیانی مەترسیدارترو

کیشەکانی ئالۆزتر دەبێت لەلایەن کەسوکارییەوە بەهۆی نەبونی ماڵی جیاوە یاخود بەهۆی لاوازی کەسێتی هەریەك لەو دوو هاوسەرە، ئەگەر چی لەکۆمەڵگەی ئێمەدا پیاو خاوەن دەسەڵاتی یەکەمە بۆ بڕیاردان بۆیە زۆرجار کە ژنەکە ئارەزووی ئەوە دەکات داوای جیایی بکات بەهۆی ئەوەی ناتوانێت لەگەڵیدا بژی ناچار بۆچارەسەری کێشەکەی توشی گرێی دەروونی دەکات پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن . هەندێك لەنموونەی کێشەی خێزانی:-

١-کێشەی ژنو مێرد:بەهۆی نەبوونی متمانە لەناو خێزاندا تا ئەندامانی خێزان لەناو خۆیاندا کێشەکانیان چارەسەر بکەن وەنەبوونی ڕاستگۆیی لەنێوانیاندا وەنەگێڕانەوەی ڕووداو پێشهاتەکان بۆ یەکتری، دڵپیسی نێوان ژنو مێردو ئەندامانی خێزانو خیانەت کردن.

٢- کێشەی بوكو خەسوو: لەبەر ئەوەی ژنان لەڕووی بیرکردنەوەو ڕۆشنبیرییەوە جیاوازی ناکرێت هەموو ژنان وەك یەك تەماشا بکرێت لەم ڕووەوە کێشەیەکیتری خێزانەکان بەهۆی پەیوەندی نێوان بوكو خەسوەو کە تداخل لە ئیشوکاری یەکتراو ژیانی ڕۆژانە بەردەوام دەبیٚو ژن مەحروم دەبێت لەمافە سەرەتایەکانی لە چواردەوری ماڵدا دەبەسترێتەوە وەکاردانەوەی لێدەکەوێتەوە نەفرەت لەژیان بکاتو لەجەستەی کەبۆتە هۆکاری نەگبەتی ئەویش بەخۆسوتاندنی جەستەیی کێشەکە کۆتایی پێدێنێت.

٣-خوشكوبرا: ئەمەش هۆکارێکیتری نێوان خێزانەکانە کەبەهۆی ئەوەی کۆمەڵگەی ئێمە کەهۆکاری کلتورو دابونەریتی کۆمەڵایەتی وەزاڵێتی دەسەڵاتی پیاو سالاری لەنێوان خوشكو برادا هەر لەمناڵیەوە وافێرکراوە کەئەو کوڕەو دەبێت دەسەڵاتی هەبێت بەسەر خوشکەکانیدا وەبەپێی ئەوو باوك هەموو سنورێکی بۆ دانراوە هەڵسوکەوتی لەژێر چاودێریدا تائەو کاتەی وا لەژنو کچ دەکات لەژیان بێزاردەبێت خۆشیە دنیایەکانی

لەبیردەکات تەحەمولی بۆ ڕووبەڕوو بونەوەی کێشەکانی نێوان خۆیو براکەی کەمەو پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن.

٤-کوڕ،کچو دایك: زۆربەی کات ئەو کێشانەی کە ڕۆژانە لەنێوان کوڕ یا کچو دایك کەهەردووکیان ڕەگەزی مێیە بەلاٚم بەهۆی ئەوەی کە ئەم دایکە بەهۆی دەسەلاٚتی پیاوەوە لەنێو ماڵدا کاریگەری کردۆتە سەر هەڵسوکەوتی ئەویش کە بەردەوام چاودێری زۆر توند دەخاتە سەر قۆناغەکانی تەمەنی مناڵیەوە بۆ هەرزەکاری تا دوای کەبەهۆی دابو نەریتەوە هەموو شتێك بۆ ئەم کچە بقەو قەدەغەیە سنوری بۆ دانراوە والەدەرونی ئەو کچە دەکات نەتوانێت بەسەر بۆچونەکانیدا زاڵ بێت وەزاڵ نابێت بەسەر عەقڵی خۆیدا لەماوەیەکی کەمدا بیر لەخۆسوتاندن دەکاتەوە. ئەمە لە کێشەی نێوان دایكو کوڕدا پێچەوانە دەبێتەوە دایکەکە لەداخی کوڕەکەی خۆی دەسوتێنیٚ.

٥-کچو باوەژن: زۆر جار کچان لەگەڵ دایك دا دەمە قالێ و کێشە دروست دەبێت بەلاٚم ئەم کێشانە لە گەڵ باوە ژندا زۆر جار هۆکاری پاڵنەرە بۆ ئەوەی زوتر کاریگەری بکاتە سەر ژیان ولە ڕۆحی خۆی بێزار دەبێت چونکە وابیر دەکاتەوە ئەگەر دایکی خۆی بوایە وانەدەبوو ئیتر لە جەستەی خۆی بێزار دەبێت هەوڵی خۆسوتاندن دەدات .

کەواتە هەموو هەڵسوکەوتێکی رۆژانەی ناو خێزان بەهۆی نایەکسانی و نا دادپەروەریو قەدەغەکردنی چالاکی،ترسان لەبڕیاردان،باوەڕبەخۆنەبوونو خەمۆکی ئاکامی ئەو سەپاندنەن کە وایان لەژن کردووە هەستیبێدەسەلاٚتی و بێهودەیی و بێمانایی ژیانیان لادروستبێت، چونکە توانای دیاریکردنی سەرئەنجامی ژیانو دوا رۆژی خۆی نیە هەر لەوەرنەگرتنی بیروڕای لەکاتی شوکردندا وەناتوانیٚ بەئارەزووی خۆیو بەئاشکرا هاوڕێی لەرشەگەزی بەرامبەر دیاری بکات بۆیەدەرئەنجام لە ماوەیەگکی کەمی ژیانیاندا نا ئومێد

دەبێت لەژیانو بەخۆسوتاندن کۆتایی بەو ژیانەدەهێنێت کە هەموو شتەکان بۆ ئەو ژنە سنوری بۆدانراوەوبڤەوقەدەغەکراوە.

<u>٢_ هۆکاری کۆمەڵگەو دەوروبەر :</u>

تەنها هۆکارێکی ڕاستەوخۆ نیە بۆ ڕوودانی سووتانو خۆسوتاندن، لە ئەنجامی کێشەی نێوان تاکەکانی کۆمەڵگەدا لە پەیوەندیە کۆمەڵایەتیەکاندا لەدەرەوەی خێزان ڕوودەدەن . مرۆڤ یەکێکە لەبوونەوەرە هەستیارە کۆمەڵایەتیەکانو لەماوەی ژیانیدا چەندین پەیوەندی کۆمەڵایەتی ئەبەستێتو ناتوانێت بەتەنها بژی . یەکێك لەو پەیوەندییانە نموونەی ئەو پەیوەندیانە(پەیوەندی نێوان دووکەس لەرەگەزی جیاواز، پەیوەندی نێوان دوو هاوڕێ لەهەمان ڕەگەز، پەیوەندی نێوان مامۆستاوخوێندکار،پەیوەندی نێوان خێزانێك لە بنەماڵەونەوەیەك لەگەڵ خێزانێکی تر لە بنەماڵەیەکیتر...هتد) .ئەم پەیوەندییانە هەستیارەو زۆر لایەنی چاكو خراپی تێدایە. کاریگەریان بۆسەر پێکهاتەی کۆمەڵایەتیو رۆڵی کۆمەڵایەتی ژن لەکۆمەڵگەدا هەیە.

لەبەرئەوەی مرۆڤ بونەوەرێکی کۆمەڵایەتیەو هەموو هەڵسووکەوتەکانی لەئەنجامی تێکەڵبوونی لەگەڵ دەوروبەردا دەبێت بۆیەش لێکترازانی خێزانو نەمانی پەیوەندییە رۆحیەکان لەنێوانیاندا یارمەتی ئەوە دەدات کەوا مرۆڤ هەست بە نامۆیی بکاتو گۆشەگیر بێتو لە دوایش دا دور نییە پەنا بباتە بەر ڕێگاکانی خۆکوشتن بۆئەوەی لەم بارودۆخە ئالۆزە رزگاری بێت. (<u>عزەدین ئەحمەد</u>، حوزەیرانی ٢٠٠٦،سایك ژمارە ٣ ،لا٤٠)[٤٩]

بەپێی واقیعی کۆمەڵایەتی، لە کۆمەڵگەی رۆژهەڵاتیدا ژنان تیایدا دەست بەستراون، پێویستە مرۆڤەکان بەکەسایەتیوکاروخودی خۆیان بناسرێتەوە لەنێو ئەو رێساویاساوداب‌ونەریتی کۆمەڵایەتیانەی کەچەندین کێشەوگیروگرفتو ململانێی دەروونی ناخۆش ڕووبەروویان دەبێتەوە

چونکە گۆڕانکاریەکان گەر بەو ئاراستەیەش بێتو باش هەنگاو نەنێت بێگومان کێشەوگرفتە کۆمەڵایەتیەکان پەرەدەستێنێ، لەو کۆمەڵگایەشدا بەپێی داب‌ونەریتی سەپاو وباوی پیایدا تێ پەڕیوە مەودای فراوان دەخەنە نێو پەیوەندییەکان.

گەر تاکەکانی کۆمەڵگە توانای خۆگونجاندنیان نەبێت بۆچۆنیەتی مامەڵەکردنو هەڵسوکەوت کردن لەگەڵ کەسی بەرامبەردا لەژیانی رۆژانە دا تووشی جۆرەها مامەڵەو هەڵسوکەوتی جیا دەبێت لەگەڵ کەسایەتیدا جیاوازە پێویست بەوە دەکات بتوانرێ زمانی لێك تێگەیشتن بۆ دەربڕینی ڕاوبۆچونەکانی یەکتر لە بواری (خوێندن،کارکردن،فەرمانگەکان) دا بێ یا هەر جۆرە پەیوەندیەکی کۆمەڵایەتی ئەوا دەبێتە هۆی کێشەی کۆمەڵایەتیو تاك نارازی دەبێت لەو ژینگەیەی تێیدایەو تووشی دڵەڕاوکێو خەمۆکی تەنانەت دابڕان لەکۆمەڵ دەبێت کە ئەمەش بەرەو نائومێدی لەژیان دەیباتو پەنا بۆ چارەسەری ئەم گرفتوکێشە دەروونیانەی کە بەهۆی هەڵسوکەوتی تاکەکانی ناو کۆمەڵگە تووشی هاتووە بۆ خۆسوتان دەبات.

گلاین لەو باوەرەدایە نیشتمانی مێیەتی پاڵنەرە شاراوەکانی ناو دەروونە کە مەبەستی لەفاکتەرە بایالۆژییەکانە نەك کولتوریو کۆمەڵایەتیەکان. زاراوەی نوێ بەناوی فالۆگۆسینتریزم کە لە ئەدەبیاتی ڕزگارکردنی ژنان دا ئەم زاراوەیە بەرزکردنەوەی پایەی نێرینە دەگەیەنێتو بەپێی ئەو بەرزکردنەوەیە زۆربەی کارە هونەریوهەلۆێستە کۆمەڵایەتیەکان ئامانجیان بەدەستهێنانی دەسەڵاتی نێرینەو ملکەچکردنی مێینەیە، ملیت پێی وایە جیاوازییەکان لەنێوان ژنو پیاودا جیاوازی بایالۆژی نین بەڵکو دروستکراوی کولتورن. (<u>سۆزان جمال</u>، ٢٠پایزی ٢٠٠٧،تەوار،لا٤٢)[٤٨]

بەهۆی ئەوەی کۆمەڵگەی ئێمە کەهۆکاری کلتورو دابونەریتی کۆمەڵایەتی وەزاڵێتی دەسەڵاتی پیاو سالاری لەنێوان خوشكو برادا هەر لەمناڵیەوە وافێرکراوە کەئەو کوڕەو دەبێت دەسەڵاتی هەبێت بەسەر خوشکەکانیدا وەبەپێی ئەوو باوك هەموو سنورێکی بۆ دانراوە هەڵسوکەوتی لەژێر چاودێریدایە ، تائەو کاتەش وا لەژنو کچ دەکات لەژیان بێزاردەبێت خۆشیە دنیایەکانی لەبیردەکات تەحەمولی بۆ ڕووبەڕوو بونەوەی کێشەکانی نێوان پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکانی کەمەو پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن.

فاکتەری هەستکردن بەسەربەخۆییو پشت نەبەستن بەکەسانی دی لەکوڕدا بەئاسانی دروست دەبێت ، چونکە تەماحی لەگەڵ ئازادی باوکی دەکاتو لەکێشکردنی سەرنجی پەیوەندیەکانی لەگەڵ دەوروبەردا لاسایی باوکی دەکاتەوە، بەڵام لەکچدا ئەم ئەرکە بەو ئاسان نیە بەڕێوە ناچێت، چونکە تەماحی لەگەڵ دایکیدا ئەستەمە، کچ دووچاری سەرسوڕمانو دڵەڕاوکێ دەبێت لە پەیوەندیەکانیدا لە دەرەوەی خێزان . لەکۆمەڵگەی کوردیدا تەنها خێزان چاودێر نابێت لەسەر تاکی مێینە بەڵکو کەسی بەرامبەر لە دەوروبەروکۆمەڵگەشدا ئەو هەڵسوکەوتە دەکات بەهۆی زۆری پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان و چاودێری توندی کۆمەڵگا لەسەر تاکەکانی خزموکەس،دراوسێوهاوڕێ...هتد،هەریەکەوراو بۆچوونی خۆی هەیەو هەرلایەنەو داواکاری خۆی هەیە لەسەرتاکی بەرامبەر بەتایبەتی ڕەگەزی مێینە کەئەمانە بارگرانی قورس دەبێ لەسەر شانی .

لەبەرئەوەی هەندێ پیاوان لەکۆمەڵگەی ئێمەدا دەڵێن بەپێی پەندێك " ژن لەژیانیدا تەنها دووجار بۆی هەیە دەرەوەی ماڵ ببینێ، یەکەم لەکاتی چوونی بۆماڵی مێرد، دووەمیان لەکاتی بردنی بۆ سەرقەبران" دا بۆیە ژن هەست بەکەمیو نەبوونی خۆیان دەکەن بۆیە بەدوای شتێکدا دەگەڕێن

بوونی خۆیان بسەلێنن دەیانەوێت بەئاگر ئەو ژیانە تاریکەیان ڕۆشن کەنەوە. لەو نموونانەش:-

_ خوێندنگا (مامۆستاو بەڕێوەبەر):

چۆنێتی هەڵسوکەوتی مامۆستاو بەڕێوبەر لە خوێندنگەکاندا بەرامبەر خوێندکار یا خود بە پێچەوانەوە بەهۆی ئەوەی کەهەووڵ بدەن بۆ فێربونو بڕینی قۆناغی خوێندن کەئەو مامۆستایە ئەو هەڵسوکەوتە دەکات بەبڕوای خۆی باشە بەڵام ئەو هەڵسوکەوتە خراپانە لەقۆناغی تەمەنی کچدا لەناو خوێندنکاراندا بەشکاندنو لەکەسێتی کەم کردنەوەی دادەنرێت بەو شێوەیە بیرئەکەنەوە لەبەرژەوەندی ئەودا بێت لەکاتێکی تردا بەجنێو قسەی ناشرینو ڕق لێهەڵگرتنەوەی ئەو خوێندکارە ئەمانە هەمووی دەبنە هۆی بیرکردنەوە لەخۆسوتاندن. چونکە هیچ کات خێزان ڕازی نابێت بەدەرنەچوونی یان مامۆستاکانی نارای دەبن لەخوێندکارەکە بۆیە هەست دەکات توشی هەڕەشە دەبێ ئەو لەترساندا پەنا دەباتەبەر خۆسوتاندن بۆترساندنی دەوروبەر.

فەرمانگە(فەرمانبەرو بەڕێوەبەر):

بەهۆی هەندێك لەعاداتو تەقالیدی کۆمەڵگا لەنێو فەرمانگەکاندا کەڕۆژانە ڕووبەڕووی ژنانو کچان دەبنەوە ئیتر ئەو کێشانە یان لەگەڵ بەڕێوەبەر بێت یان فەرمانبەر یان مراجع والەو کەسە دەکات کە کاردانەوەی خراپی لێدەکەوێتەوە دەگاتە قۆناغێك کەنەفرەت لە مێینەی خۆی بکاتو ئاگر لەجەستەی خۆی بەربدات.

ئەمانەش هۆکاری ترن کە وا لەژنان دەکات پەنا بۆ خۆسوتاندن بەرن ، کە لای ئافرەتی کورد بریتییە لە پەراوێزکردنو گوێ لێنەگرتنی ئافرەت لەلایەن کۆمەڵگاوڕەگەزی بەرامبەر، بەدرێژایی مێژوو ئافرەت لە فەرهەنگی کۆمەڵگەی ئێمەدا بوونەوەرێکی گوێگر بووە نەك قسەکەر، ئەگەر قسەشی

کردبێت یان گوێی لێنەگیراوە یانیش ڕاو بۆچوونەکانی پەراوێزکراون ،ئەمەش دووبارە هەستی خۆ بەکەمزانین لای ئافرەت گەورە دەکاتو وا دەکات هەمیشە خۆکوشتن وەك ڕێگە چارەیەك یان ڕێگەیەك بۆ ڕزگاربون لەو هەستی خۆبەکەمزانینە لە هزری ئەو ئافرەتەدا ئامادەبێت. (د.رەوشت رەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٢٥)[٤٩]

٣- هۆکاری ژن خۆی:

مرۆڤ کاتێك دەبینێ هەندێك لەحەزو ئارەزوو بیروکردارەکانی ناشیرینو بە ئازارو دژ بە دابونەریتی کۆمەڵایەتینو دەبنە مایەی ئازاردانی ویژدان لەم کاتەدا بۆئەوەی لەئازاروترس‌ودڵەڕاوکێ ڕزگاری بێت چونکە ناتوانن حەزو ئارەزووەکانی ڕاستەوخۆ تێر بکات‌وپەروەردەکردنیشی هاوکارنەبووە بەوەی کە متمنە بەخۆی کات بۆیە پەنا بۆ خۆسوتاندن دەبات .

جگە لەمەش داخراویی کۆمەڵگەی باوکسالاری کوردی کە تیایدا ئافرەت مەحکومە بەوەی زۆربەی کات لەماڵەوە بێت و لەژێرچاودێریدا بێتو خەریکی پەیوەندی دروست کردن بێت لەگەڵ دیواروپەنجەرەوموتبەقو شتە بێگیانەکانەکانداو زۆربەی کات لە پەنجەرەیەکی بچووکەوە بڕوانێتە ژیانو ئاسۆکانی دەرەوەی ماڵ (د.رەوشت رەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٢٥)[٥٠] ئەمانەش دەبنە هۆی نەبوونی پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکانو زۆربوونی پاڵەپەستۆو گیروگرفتەکانی ژیان لەسەرخودی مرۆڤ کە هەرەشە لەبوونی دەکەن لەوانەش:-

١-پێشکەوتنو گۆڕانکاری کەولاَت بەخۆیەوە بینیوە :-

لەگەڵ خراپی باری ئابووری نەبونی هەندێك لە پێداویستی ژیان وای لەژن کردوە کە وەك هاوتەمەنەکانی ئەم ژیانی بۆ دابین نەکراوە هیچ کام لە ئاواتەکانی نەهاتۆتە دی لە ژیاندا، کێشەی بچوك گەورە دەکات لەلای خۆیو چاولێکەری هەموو شتەکانمان بیردەباتەوەو هۆکارێکە بۆ خۆسوتاندن.

٢- بۆ ترساندنی دەوروبەر:-

هەندێك جار ژنان بەهۆی نائارامی دۆخی خێزانو هاروهاجی مناڵەکانیان کە بەقسەی ناکەن بەگاڵتەوە دەیەوێت مناڵەکانی بترسێنێت یان پیاوەکەی لەقسە پێوتن بوەستێت شقارتەیەکەو تۆزێك نەوت بەکاردێنێت کەبەبڕوای خۆی هەر ماکسیەکەی دەسوتێ بەلاَم دەبێتە هۆی سوتانی جەستەی.

٣- بۆ ڕاکێشانی سۆزو بەزەیی:

هۆکارێکیتری خۆسوتاندن ژنان بەومەبەستە ئەنجامی دەدەن کەسۆزو خۆشەویستی بەرامبەرەکەیان بۆخۆیان ڕابکێشن زیاتر لەو ژنانە دائەبێت بەهۆی هۆکاری دەرونیو نائومێدی بونی لەژیانو هەڵسوکەوت لەگەڵ بەرامبەردا پێویستی‌یان بەسۆز هەیە کەدەبینن بێبەشن لێی پەنا دەبەنەبەر ئەم کارە تاکو بۆیان بگەڕێتەوە.

٤- بۆ تۆڵەکردنەوە:

هەندێجار پەنا دەبرێتە بەرخۆسوتاندن بەمەبەستی تۆڵە سەندنەوە کەئەمەش زیاتر لەو کاتەنەدا ڕوودەدات کەئەو کەسە هەندێك کێشەو هەڵسوکەوتی لەلایەن دەوروبەرەوە بەرامبەر کراوەو دەسەڵاتێ‌نیە ڕووبەڕوو ببێتەوە بۆیە بەناچاریو بۆ تۆڵە کردنەوەی ئەو ناهەقیانەی کەبەرامبەریان کراوەو بۆئەوەی ببێتە باری سەرشانی خێزانەکەی یان بۆئەوەی لەنێو کۆمەڵگادا لەکەداریان بکات پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن.

٥- کەمی ڕۆشنبیری ژنان: لەئەنجامی ئەو پەروەردە خراپەی کە هەیە لە کۆمەڵگەی کوردیدا ژنان زۆرینەیان ئاستی ڕۆشنبیرییان کەمەو هەندێ جار خێزان خۆیان ڕێگر دەبن لەبەردەم تەواونەکردنی قۆناغەکانی خوێندنی ژنانو بەمەش ژنان تواناوئاستی ڕۆشنبیریان لاواز دەبێ ناتوانن بە عەقڵێکی فراوانەوە ڕووبەڕوی کێشەکانی بێتەوە بۆیە زۆر جار کێشە کۆمەڵایەتی یەکان گەورە دەکەن ، بەمەرگی خۆیان چارەسەری کێشەکە دەکەن.

٤_ هۆكاری ئابووریو شوێنی نیشتەجێبوون:-

خراپی باری ئابوری ژنان دەگەڕێتەوە بۆ ماوەی دەسەلآتی ڕژێمی بەعس، چونكە نەیاندەتوانی لە فەرمانگەودامودەزگاكانیتری حكومەت دابمەزرێن ، لەبەرئەوەی دەبوو بەعسی بوایەو لە دوایشدا چەندین توهمەیان بۆ دروست دەكردو تووشی دەردەسەرییان دەكرد. . (جەبارسابیر ، چرپەچرپی ئەودیو ئازادییەكانی ژن، ٢٠٠٤ ، لا١٨) [٥١] تەنانەت ئەو ڕێژەی نەخوێندەوارییەی لەنێو ژنی كوردا هەیە بۆئەو بارودۆخە سیاسیە دەگەڕێتەوە كە لە خوێندن دابڕاون. ڕاستە لە دوای ڕاپەڕینی گەلی كورد لە ساڵی ١٩٩١ دا ژنان توانیویانە بێنە مەیدانو داواكردنی مافەكانیانو شانبەشانی پیاوان لە فەرهەنگی كلتوریو كۆمەلآیەتیدا كار بكەن، لە دوای ڕووخانی ڕژێمی بەعسی ژنان داواكاریەكانیان زیاتربووەو بواری هێنانەدی خەونو مافەكانی ژنان فراوانترە بۆئەوەی پیشكەوتنو گوزەرانی باشتر ببینێت لەنیوەندەكانی بڕیاردا دەسەلآتی خۆی هەبێت ، ئەگەر كۆمەلگە لەدەسەلآتی ڕەهای پیاوسالاری بنیات بنرێت ئەوا شەڕوئاژاوەی خێزان وخراپی باری ئابوری ژنان زیاد دەكات بەهەمان شێوە لەكۆمەلێشدا دووبارە دەبێتەوە.

ئەو بیروباوەڕانەی كە بۆ سەربەستی ئابووری ژنان لە ڕووی مادییەوە دەبنە بەربەست بۆسەربەخۆی ئابوری ئەوەیە كە هەندێ: بڕوای وایە ژن دەبێ بەوكارەی ڕازی بێت كە بۆی دانراوە لە پەروەردەكردنی مناڵو كاروباری ناومالدا، هەندێكیتر بڕوایان وایە كە ژن خاوەنی ئابووری خۆی بوو دەبێتە منافسێك لەبەرامبەر پیاوداو هەوڵدانێكە بۆ كەمكردنەوەی ڕۆڵی پیاو بۆ ئیشكردن.

لەكاتی دارمانی باریئابووری یان هەلئاوسان و پەرەسەندنی باری ئابووری (وەك ئەوەی لەدوای ڕاپەڕینی ١٩٩١ و دوای ڕووخانی سەدام ٢٠٠٣ ڕوویدا) كاتێك بارودۆخێكی نوێ دێتە كایەوەو دەبیتەهۆی لەناوچوونی بەها

مرۆییەكانو لاوازبونی پێكهاتەی كۆمەلگە،تاك هەست بەگۆشەگیریو نامۆبوون دەكاتو ئەگەری لادانو یاسا شكاندن زیاددەكات و بەڕای دۆركهایم ئەوانە كاری تێكدەرانە دەكەن لەوانەش خۆكوشتن . (د.ڕەوشت ڕەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٣١) [٥٢]

یەكێكی تر لە هۆكارەكانی ئەم دیاردەیە بۆ خراپی باری ئابوری خێزانەكان بەتایبەت ژن دەگەڕێتەوە، لەبەرئەوەی ژنان تا ئێستا خاوەن ئابورییەكی سەربەخۆ نین لەگەڵ ئەوەی ژمارەیەكی زۆر لەئەنجامی سەربەخۆیی وولآت لە نێوەندەكانی كاركردندا داهاتێكی هەیە، بەلآم ڕەنگە بەداهاتێكی زۆر كەم ژمارەیەكی زۆری لەسەر خێزان بەخێو بكرێت .

شوێنی نیشتەجێبوون گرنگە بۆ مرۆڤ ، خێزانی كوردی كە خێزانێكی گەورەو ژمارەی تاكەكانی بەگشتی لەسەرو پێنج كەسەوەیە ئەم ژمارە زۆرەی ئەندامانی خێزان پێویستی بە شوێنی نیشتەجێبوونی گونجاوە دەبینین خێزانی كوردی بەشێوەیەكی گشتی تا ئێستا كوڕانو كچان لە ژوورێك دا كاتی خەووحەوانەوەیان بەسەردەبەن وئەم گەورەیەش گەر ئەو ژنە یا ئەو كچە لەخێزانەكەدا كاری دەرەوە نەكات ئەوا ئەم بارە نالەبارەی ئابوری زیاتر كاریگەری سلبی لەسەر هەموو ئاستەكانی تری ژیان ڕەنگدانەوەی ئەبێ ، واتە ململانێی دەروونی، كەسایەتیو هەڵچوونو فشاری تورەبوون ئەمانە بوون بەهۆی زیادبونی دیاردەی خۆسوتاندن.زانا هۆنك كۆنگی (یاب) دەڵێت (هەژاریونەبوونیوبرسیەتیو تێكچوونی پەیوەندییە كۆمەلآیەتیەكان هۆكاری گرنگن بۆبەرزبونەوەی ڕێژەی خۆكوژیو پێچەوانەشی ڕاستە.) (عزەدین ئەحمەد ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٤٠) [٥٣]

هەندێ جار ئاستەنگەكانی ئابوری ،تێژی كۆمەلآیەتیو باری تقلیدی كۆمەلگا بۆ ژن هۆكاری سەرەكی ئەم دیاردەیەنو وا بیر دەكەنەوە ژیان هیچ

فرسەتێکی پێ نەبەخشیونو ژیان لە ژورێکی تاریك دەچێت کە ڕووە تاریکەکەی زیاتر هیچی لێوە دیار نیە.

٥_ هۆکاری دەروونی:-

مرۆڤ بەهۆی کەموکورتی لە کۆئەندامی دەماری ناوەندی بەتایبەتیش مێشك، سەرەڕای هۆکاری بۆماوەییو کارەساتو ناخۆشیەکانی سەردەمی منداڵی(بەتایبەت پێنج ساڵی یەکەم) ، دەبنە هۆی دروست کردنو خولقاندنیکەش‌وهەوای گونجاو(واتە ئامادەباشی) بۆ تووش بوون بە نەخۆشی عەقڵیو دەروونی، بەلاّم ئەو ئامادەباشیو کەش‌وهەوایە تەنها ڕێخۆشکەر دەبنو بەتەنها نابنە هۆی سەرهەڵدانی نەخۆشی دەروونی، بەڵکو سەرچاوەی نەخۆشیو گرفتە دەروونیو عەقڵییەکان هەمەجۆرنو لە ئەنجامی کارلێکردن کۆمەڵێك فاکتەری بۆماوەییو بایالۆژیو فسیۆلۆجیودەروونیو کۆمەلاّیەتییەوە سەرهەڵدەدەن.

"(لازاروس،ریتشارد،١٩٨١،الشخصیه، ص٥١ . . [٥٤]

لەوانەیە ئازاری دەروونی لە منالّدا دەربکەوێتوئەمەش ڕەنگدانەوەی بۆ سەر ڕەفتاری هەبێت لەشێوەی ڕەفتاری شەرانگێزیو عینادیو ئاژاوە نانەوەو شەڕکردن دا وە لە دوای قۆناغی مناڵی فرسەتی زیاد بوونی نەخۆشیە دەروونیەکان زیاد دەبێت کە دەبنەهۆی شەکەت بوونی دەماریوکەوتن. بەلاّم لە ژیانی هاوسەرێتیدا گرفتەکانی ساڵی یەکەم،گرفتی شوێنی نیشتەجێبوونو ململانێی نێوان هاوسەرەکانو خەسوو و کەس‌وکار، خراپی باری دەروونی لەدوای مناڵبوون.ئەم گۆڕانکاریو بارودۆخانە دەبنەهۆی نەخۆشی دەروونی و لەدەستدانی بەختیاریو هەستکردن بە ناخۆشی ژیانو دۆزەخی ماڵ وهەندێجار نەخۆشخانەی نەخۆشیە عەقڵیەکان دوا شوێن ئەبێت بۆ ئەوجۆرە کەسانەوەو یاخود پەنا دەبەنە بەر

خۆسوتاندن بۆ ڕزگاربوون لەو نەهامەتیو گیروگرفتانەی کەیەکێك نیە پاڵپشتی بکات بۆ چارەسەرکردنی.

بۆ نموونە ئەو کەسەی ئامادە باشی تووش بوونی بەیەکێك لە نەخۆشیە عەقڵی یا دەروونیەکان هەبوو، سەرەڕای ئەوەش لەناو خێزان یا کۆمەڵ ڕووبەڕوی سوکایەتی پێکردنو کێشەوگیروگرفتی کۆمەلاّیەتی یا سیاسی یا ئابوری لەوانەش(لێدانوئەشکەنجەدان،تەلاّق یا لێك جیابونەوە،توندوتیژی...هتد) بوەوە ئەو کاتە زۆر بەئاسانی ئەم کەشو هەوایە دەبن یاریدەدەر بۆ ئامادەباشیو توشبوون بە نەخۆشیە عەقڵیەکان یا دەروونیەکان، کەئەمەش وا دەکات خۆی بسوتێنێت.

بەشێك لەدەوونزانەکان بڕوایان وایە ئەو کەسانەی پەنا بۆ خۆسوتاندن یا جۆرەکانی تری خۆکوشتن دەبەن کۆمەڵێك گرفتی دەروونیان هەیە، بۆ نموونە فرۆید دەڵێت ئەو کەسانەی پەنا دەبەنە بەر خۆکوشتن ، لە ئەنجامی زاڵبونی (الانا العلیا- منی بالا) بەشێوەیەکی لە ڕادەبەدەر بەسەر (الهو-ئەو) ئەمەوا لەمرۆڤ دەکات هەموو هەڵەیەکی بچووك بە تاوان بزانێ،و بەردەوام بوونو دووبارەکردنەوەی ئەم هەڵانە وای لێدەکات تووشی خەمو خەفەت خەمۆکی بێت وە ناچاری دەکات پەنا بباتە بەر خۆکوشتن، بۆئەوەی خۆی لەگوناهەکانی بشواتەوە. (عزەدین ئەحمەد ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٣٩) [٥٥]

نەخۆشیە دەوونیەکان زۆرن وەك بیرکردنەوەی ڕەشبینانەو نائارامی،خەمۆکی،لاواز بوونی دەمارەکان ، ڕووخانی وورەو ئابلۆقەی دەروونی، ترس لە نەخۆشی، هستریا...هتد . لە واقیعدا ئەو کەسەی تووشی نەخۆشی دەروونی دەبێت لەلایەن هێزێکی نادیارو دەسەلاّتدارەوە بەڕێوە دەبرێتو کۆنترۆڵ دەکرێت وەك لەباری گرێ دەروونیەکاندا بۆنموونە ترسی ناسروشتی لە تاریکی ،بەرزی،ئاو ،ئاگر، شوێنی بەربلاّویا تەسك یا بەرز .

دیارترین سیفەت کە نەخۆشی دەروونی پێ جیا دەکرێتەوە نەگونجاندنیەتی لەگەڵ ژینگەدا، ئەو کەسە لە گونجاندنیدا لەگەڵ بوارە کۆمەڵایەتییەکان دا و واقیعو دەوروبەرەکەی و کارەکەیدا شکست دەهێنێت .(ن. محمد نەبیە، پسپۆری نەخۆشیە بۆماوەییەکان، گۆڤاری سەردەم پەرچەڤەی:ساکار جمال، لا ١٣٤) [٥٦]

بۆ نمونە یەکێك ناونیشانی ماڵەکەی خۆی بیردەچێتەوە ئەو کەسە عەقڵی ساغە بەلامʼکێشەی دەروونی هەیە هۆکەشی دەگەڕێتەوە بۆ بوونی ململانێی ناخی خۆی لەگەڵ ئەو ژینگەیە یا ئەو بوارە کۆمەڵایەتیەیەی کەلێرەدا ماڵەکەیە یا ئەو شوێنەیە کە تیایدا دەژی ، کە ئازارێکی شاراوەیە بۆ لەبیر کردنی ئەو ئازارو ململانێو نەگونجاندنەی کە ئەو ماڵە بۆ کەسەکەی دروست کردووە.وە نەخۆشی دەروونی لەوانەیە ئازارێك بۆ نەخۆش دروست بکات و لەوانەیە هەندێك جار ببێتەهۆی نەخۆشی عەقڵی کە لەبواری قەیرانی کارکردن دا بێت یاخود لەژیانی ڕۆژانەی ماڵەوەدا بێت واتە ژینگەی کۆمەلایەتیوخێزان کاریگەرییان هەیە لەسەر نەخۆشیە دەروونیەکان.

نەخۆشی دەروونی بەچەندەها سیفەت لەنەخۆشی عەقڵی جیادەکرێتەوە لەوانە نەخۆشی دەروونی هەست بە نەخۆشیەکەیو بارە دەروونیە ناسروشتیەکەیو ڕەفتارو چالاکیە تایبەتیو کۆمەڵایەتیەکان دەکات ، لەوانەیە هەندێك شت ببینیو ببیستێ لە واقیعدا بوونی نەبێت،بەلاّم دەزانێت کە ئەم شتانە بە هیچ شێوەیەك بوونیان نیە لەواقیعدا ،بەلاّم لەنەخۆشیە عەقڵیەکاندا بە پێچەوانەوەیە، لەهەندێك جۆری نەخۆشی دەروونی نەخۆش دەڵێت گوێی لەهەندێك دەنگە یا کەسێکە لە دوورەوە بۆلای دێت ، لەبەرئەوە گوێ بۆ دەنگەکە شل دەکات کە لەراستیدا بوونی نیە بەلاّم نەخۆشی عەقڵی درك بەوە ناکاتو باوەڕی تەواوی بەراستی بونی

ئەو شتانە لە واقیعدا هەیە و واتە شتی ناراست بەمێشکی دا دێت و باوەڕی تەواوی پێیەوبەو پێیەش ڕەفتار دەکاتو چالاکی دەنوێنێ.

لەکۆمەڵگای کوردیدا ئافرەت چانسی ژیانو بڕیاردانی کەمترە لەپیاو لەزۆربەی هاوکێشەو گرفتە کۆمەڵایەتیەکاندا ئافرەت ڕێگەی پێنادرێت وەکو پیاو بیربکاتەوەو بڕیار بدات ئەمەش وا دەکات بارێکی دەروونی وەها لای ئافرەت دروست ببێت کە زۆربەی جار ژیان بەتاریکی دەبینێتو جگەلە خۆکوشتن چارەسەرێکی تری دی نەیەت بەخەیاڵیدا (د.ڕەوشت ڕەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، لا٢٥) [٥٧]

هەموو ئەمانەش دەرئەنجامی نەبوونی خۆگونجاندن کە بریتیە لەقسەکردن لەگەڵ هاوڕێیەکی متمانە پێکراو بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ ، خۆ دورخستنەوە لە حاڵەتە ئازاربەخش و تەنگەژاوییەکان ، ڕوبەڕوبوونەوەی سەرچاوەی کێشەکان. بۆئەمەش پاڵپشتیکردن و بوونی کەسێکی تر لە دەستێوەردانی چارەسەری گرفتەکانی تاك کارێکی زۆر گرنگە بۆ بەکارهێنانی خاڵە بەهێزەکانی و ئەو شارەزاییانەی خۆگونجاندن کە هەیەتی و یارمەتیدانی بۆ پەرەپێدانی خاڵی بەهێز و شارەزاییی تری نوێ بۆ فێربوونی شتە ئاسانەکان کە دەتوانن ئەنجامی بدەن بۆ خۆگونجاندن لەگەڵ تەنگژە و هەستکردن بە باشتربوون لە ناوەڕاستی قەیراندا ، بۆ نموونە دۆزینەوەی کات بۆ خۆیان ، وەرزشکردن یاخود نوێژکردن. هەروەها فێربکرێت دەربارەی شارەزاییەکانی چارەسەرکردنی کێشە تاکو یارمەتی بدات لە خۆگونجاندن لە گەڵ کێشەکانی و چارەسەرکردنیان. لەبەر ئەوەی خەڵکی هەندێك جار خاڵە بەهێزەکان و سەرچاوەکانی خۆیان لەبیردەکەن کاتێك گیرۆدەی گرفتوکێشەو قەیرانێك دەبن.

لە ژیانی ڕۆژانەدا زۆر هەڵوێست و ڕووداو هەن کە مرۆڤ توشی دڵتەنگی دەکەن ، بەلاّم لەوانەیە تەنها بۆ ماوەیەکی کورتی چەند ڕۆژی بەردەوام بن

و نەگەنە ئاستی خەمۆکی و مرۆڤی ئاسایی بتوانێت مامەڵەیان لەگەڵدا بکات و توشی پەکخستنی نەکەن.ئەو شتانە ئەنجام بدرێت کە خۆشی بەخشن (بۆنموونە: گوێگرتن لە مۆسیقا ، هۆنراوە ، خوێندنەوە ، ڕێکردن ، باخەوانی ، سەماکردن ، خواردن دروستکردن ، سەردان لەگەڵ هاوڕێ و خێزاندا).

بەشیسێهەم- تەوەری یەکەم:

★کاریگەریو خەتەرییەکانی خۆسوتاندن لەسەر کەسێتی ژن

کۆمەڵگەو ڕوانینی تاکەکانیەتی کە واڕاهێنراوین کە ژن بێتوانایە دەنا ئەگەر هەموو ژنێك ئەو ڕاستیە بزانێ کە لەڕووی فیزیکیو عەقڵیەوە ژنان لە پیاوان بەهێزترن وەك فزیۆلۆژی ئەمریکی د. ئیلیۆن دەریبڕیوە ئەوەی کە سروشت بەژنی بەخشیوە نەك کەموکوڕی نییە بەڵکو خاڵی بەهێزییە بۆ ژن ئەو هێزەی سروشت بەژنی بەخشیوە.نارەواییو نادادپەروەرییە کۆمەڵایەتی،ئابوری،سیاسیەکانە لێیان سەندۆتەوە ئەوەی بەچاو دەبینرێتو لەهەموو کلتوروکۆمەڵگەیەکدا تێڕوانینی چەواشەیە کە سروشت ستەمی لەژن کردووە. (ئارام صدیق،خۆکوژی، لێکۆڵینەوەیەکی سۆسیۆ سایکۆلۆژی، لا٤٥) [(٥٨)]

پێکهاتنی کەسێتی پەیوەندی بەسیستمی کۆمەڵایەتیو ئەو توانایانە کە بۆ پەرەسەندنی تاکەکانی دیاریکراوە. تەمەنی هیچ کێشەیەك هێندەی کێشەی ژن درێژ نیەو باری هیچ کێشەیەکیش هێندەی باری کێشەی ژنان ئالۆز نیە ، ئەوەی بەخێرایی بە هزردا بێت داماڵینێتی لەمافەکانیو بریندارکردنی مرۆڤایەتی ئەو و سنوردارکردنی جوڵەو تەسککردنەوەی بواری بیروخەیاڵیو زۆری تریش، ئەمانە تێکڕا کارەسات ئامێزن بۆ ژنو کەسایەتی ئافرەتیش دەشێوێنن.

لە کۆمەڵگای ئێمەدا بەهەموو دابونەریتێکی کۆن کاریگەریی هەیە لەسەر خەفەکردنی توانای ژن لەگۆشکردنی هزری دەروونی کەوابێ چۆن خاوەنی کەسایەتیو ناسنامەی خۆی بێت؟

جگە لەوەش چۆنیەتی پەروەردەکردنی ژنان هەر لە منداڵیەوە پشت بەکەسانی تر دەبەستن بەتایبەتی لە قۆناغی یەکەم دا وەك منالێك گەشە دەکات دوور لە دەربڕینی ڕاوبۆچونی لە بوارەکانی کەتایبەتە بەخۆی،خێزانو کۆمەڵگەش. بەشێوەیەك کە توانای بیرکردنەوەو هەڵسەنگاندنی سەرجەم کێشەوگرفتەکانی ژیانی نەبێتو تا ئەو ڕادەیەی متمانە بەخۆی نەکات نەوێری پەل بۆ سەرجەم بوارەکان بهاوێژێتو نەوەك شکست بهێنێ کەواتە سلبیەتی لاوازی کەسێتی ژن سیفەتێکی سروشتی نیە بەڵکو بەهۆی فشاری کۆمەڵەوە خەفەکراوەو ڕەنگدانەوەی زیاتر دەبێت لە دوای خۆسوتاندن.

(هێربرت مارکۆز) دەڵێت (ئافرەت لەباری کپ بوون داپلۆسین دا دەژێت تاوای لێدێ مرۆڤ بەگشتیو ئافرەت بەتایبەتی نەتوانێت تۆزقالێك ویستوئارەزوەکانی بهێنێتەدی دوا جاریش جۆرەها نەخۆشی دەروونی توشی دەبێو لەئەنجام دا تووشی لادان دەبێت (عوسمان یاسین،ساڵی ١٩٩٦ لێکۆڵینەوەیەك لەسەر ئافرەتو کێشەی کۆمەڵایەتی لەڕوانگەی (نەوال سەعداوی)یەوە ،گۆڤاری ڕەوشەن ، ژمارە ٢-٣) [(٥٨)]

هەر کاتێك مرۆڤ پەنا بۆ خۆسوتاندن دەبات کە بەچەند قۆناغێك هەوڵی جێبەجێکردنی دەدات یان بێ هیچ پلانێکی پێشوترەو هەڵچونێکی کتو پڕە پەیوەستە بە جۆری پەروەردەی خێزانیو شێوازی بەکۆمەڵایەتی کردن کە کاریگەرییان لەسەر دروست کردنی جیاوازی ڕەگەزیی لەنێوان تاکەکانی کۆمەڵ بۆیە ئەو کەسە توانای دیاریکردنی خاڵە نادیارو شاراوەکانی ئەم خود کوژییە لەدەست دەداتو ناتوانێت بەشێوازو ڕێگا چارەی گونجاو هەوڵی

چارەسەرکردنی گرفتەکان بدات واتە ئەو گرفتە شیتەڵکردنەوەی هۆکارو ڕەگەزو پێکهاتەیی بۆناکات تا بتوانێ لەم ڕێگەیەوە تێگەیشتنی گرفتەکەو تێگەیشتنی جیاوازی کۆکردنەوەی هۆکارەکان بۆ درك پێکردنی مانا شاراوەکانی گێروگرفتەکەی بڕیاردان لەسەر شێوەی باش‌و خراپ نیە. کە بەهۆی توشبوون بەحاڵەتێکی نامۆبوون لە ژیاندایە کە ژن یا کچ یا ئەو مرۆڤە خۆی بە پلەی یەکەم کاریگەری وزیانەکانی سوتان لە ڕووی دەروونی وجەستەییەوە بە جێدەهێڵێت لەم ڕووەوەخەتەرە .

یەکێکیتر لەخەتەریەکانی خۆسوتاندن لەگەڵ ئەوەی دەبێتە هۆی شێواندنی شێوەی ڕوخسارو جەستەو ناشرین بوونی بەچەندین نەشتەرگەری چاك نابێتەوەو ناچێتەوە شێوەی پێشوتری کەزۆرترینیان بەنەوت یان بەنزین خۆیان دەسوتێنن.

لەگەڵ ئەوەی خەتەری خۆسوتاندن تەنها بۆ ئەو کەسەیە کەخۆی دەسوتێنێت کێشەکانی زیاتر ئاڵۆز دەکات لەبەر ئەوەی چارەسەری کێشەکانی بۆ بکات و یەکسەر دوای خۆسوتاندن پەشیمانی لەدوایەت.

دەبێتەهۆی هەڵوەشاندنەوەی خێزان زیاتر بێدەسەلاتی ژن بەرامبەر بە پیاو، وەئەوکەسە زیاتر متمانەی بەخۆی نەمێنێت هەروەها بە دەوروبەرەوە خۆی بەکەمتر دەزانێت.

خودکوژی یا خۆسوتاندن کە وەك ڕێگەیەکە بەگشتی ڕەگەزی مێ دەیگرێتەبەر بۆ لەناو بردنی جەستەو لەوێشەوە بۆ خۆقوتارکردن لە دەست (باوك پاشان براو دواتر مێردو دوا جاریش لەهەمووی قورستر و دڕندەتر کۆمەڵگەیە مەبەست ئەو داب‌و نەریتانەی وەك قەفەزێکی ئاسنین بێ دەرگەوپەنجەرەیە، لێرە هەموو مرۆڤێك بەگشتی تووشی دەمارگرژی‌و نائومێدی‌وهەڵچوونی بەردەوام دەبێت.

کۆمەڵگەی کوردی بەهۆی ئەو بارودۆخەی بەدرێژایی چەندین سەدە کاریگەری بەجێ هێشتووە لەسەر کەسایەتی تاکەکانی بەتایبەت نوخبەی ژنان، لەو کۆمەڵگەیەدا ژن ئەرکی وەك دایك بووەو خوشك بوە دواجار مێردیشی کردووە لەهەموو حاڵەتەکانیش دا دەبوو هەر بڵێت ئا...ئەمانەش وا دەکات دواجار گڕ لەجەستەی بەربدات کە بەقۆناغی (دابڕان لە کۆمەڵ، دابڕان لەخێزان، لەقۆناغی کۆتایدا دابڕانە لەخود) کە کۆتایی بە ژیانی خۆی دێنێت‌و بێ ئەوەی کەس بزانێ تا دەقەومێت. ئەو کەسە تەنها بیر لەبێزاری ژیان‌و بێمانایی‌و بێهیوایی لەژیان دەکاتەوە کە ژیان هیچ فرسەتێکی بۆ نەڕەخساندووە . (جەبارسابیر ، چرپەچرپی ئەودیو ئازادییەکانی ژن، ٢٠٠٤ ، لا٣٩) (٥٩)

بەرئەنجامی پاڵنەرەکان لەسەر کەسێتی وا دەکات کاریگەری لەسەر ژیانی‌و کەسێتی ژن بەجێ دەهێڵێت دەبێتەهۆی زیاتر لاوازی‌و بێدەسەلات بێت لەبەرامبەر پیاودا، کە مانای ژیان تەنها بەشێوە خراپ‌وتاریکی بێت و باری ئابوری خراپتر دەکات‌و دواتر دابڕانی کۆمەڵی بەدوادا دێت هەتا دابڕان لە خودیش دەگرێتەوە . ئەمە جگە لەوەی کۆمەڵگەی ئێمە بەهۆی بارودۆخی میللەتی کوردی پێدا تێپەڕیوە وایکردووە ژنان لە نێوەندی چوار دیواری تەسکی خێزاندا تەنها ئەرکی بەخێوکردنی منداڵ‌و کارکردنی ناوماڵ،پلەدوو مامەڵەیان لەگەڵدا بکرێت بۆیە لەژێر باری ئابوری بەپێی باڵادەستی پیاو لەنێو خێزاندا ڕەنگیداوەتەوە وا ئەکات ژنان خاوەن کەسێتیەکی بەهێز نەبێ لە خێزان‌و کۆمەڵ دا.

هەندێجار ئەو ژنەی کە خۆی دەسوتێنێ ڕەنگە پێشتر کەسێتیەکی خۆڕاگرانەی هەبێ بەرامبەر زۆرینەی گرفت‌وکێشەکانی بەبەراورد لە دوای خۆسوتاندن چونکە جەستەو دەروونی دەشێوێنێت کە ڕەنگدانەوەی لەسەر کەسێتی بەشێوەیەکی سلبی دروست دەکات .

لەئەنجامی بەریەککەوتن لە ڕەهەندەکانی دابونەریتی کۆمەڵایەتیو ئاینی دا بەهۆی سروشتی گەشەسەندنی پرۆسەی پەیوەندییەکانی تاك لەکۆمەڵگەدا بەرەنجامی قۆناغێکی سەردەمیانەو ژیانی پێشکەوتوو و هاوچەرخ لەکۆمەڵگەدا کە دواجار بەهۆیەوە تاك کەسێکی ناسەقامگیرو ئاڵۆزو چەندین گرفتوکێشەی بۆ دەخولقێنێت کە کاریگەری سلبی(نەرێ) بەجێ دێڵێ لەسەر تاك بەتایبەت نوخبەی ژنان لەخێزانو کۆمەڵگەدا . هەر ئەم کەسێتیە ناسەقامگیرە لەدوای خۆسوتاندن ڕەنگدانەوەی زیاتر دەخاتەسەر کەسێتی ئەو ژنەی کە خۆی دەسوتێنێ کە چەندین گرفتوکێشە کە لەپێشتردا بیری لێنەکردۆتەوە ژیانی ئاڵۆزترو نامۆتر دەکات کە دەبێتە هۆی دابڕان لە کۆمەڵو نەمانی بڕواو متمانە بەخۆی.

هۆکاری ئەوەی کە لە کەسێتی خۆمان ڕازی نەبینو ڕای خراپمان هەبێت لەسەری دەگەڕێتەوە بۆ بیروباوەڕی ئەوانی دیکە لەسەر خۆمان، جگە لە بەراوردی خۆمان بەوانی دیکە. ژینگەی ناومالْ یەکەمین شوێن وا دەکات مرۆڤ لەکەسێتی خۆی ڕازی بێت یا لەخۆرشازی بوونی تێدا دروست نەبێت ، دایكو باوکی دورە پەرێزو سەرکز دەبنە نمونە بۆ منداڵەکانیان لەوانەیە لاساییان بکەنەوەو خوی ئەوان بگرن. هەندێك کەس بەهۆی ڕێنمایی ئاینی یا هەر بیروباوەڕێکی تر وا پەروەردە دەکرێت کە پیشاندانی کەسێتی بەهێزوە متمانەو بڕوا بەخۆ بوون گوناهە یا بەهۆی ژینگەو کەلتوری کۆمەڵگەی پیاوسالارییە .(ویندیگرانت،پەرچەزەی شیرزادحسن،سالّی ، بڕوابەخۆبوون ڕازی بوو لەخودی خۆت ،گۆڤاری زانستی سەردەم ، ژمارە)[٦٠] کەسایەتی وەسواسی ، هستیری ، توندوتیژ ئەگەری زیاتر تووشبونیان بە خەمۆکی هەیە کە لەئەنجامی چارەسەرنەکردن، کارەساتی سووتانی بەدوادێت ئەمانەش نیشانەی جیاجیایان لێ دەردەکەوێت لە کاتی خۆسوتاندنو دوای خۆسوتاندن وەك زۆربەی کاتەکانی ڕۆژ دڵتەنگە

بەتایبەت بەیانیان ، بەلاّم دەمەو ئێواران کەمێك هەست بە باشبوون دەکات، هەست دەکات ژیان خۆشی تیانەماوە ، ناتوانێت چێژ لەخۆشییەکانی ژیان و ئەنجامدانی چالاکییەکان وەربگرێت، ئارەزووی خواردنی نامێنێت یان کەم دەبێتەوە، هەستکردن بە بێهیوایی و نەبوونی یارمەتی ، ڕەشبینی ، خۆ سەرزەنشتکردن ، متمانەبەخۆ نەکردن، لەهەندێك حالّەتدا نیشانە (زهانییەکان) دەردەکەون کە بریتین لە وەهم و هەلوەسە ، نەخۆشەکە لەناو مێشکیدا گوێی لە دەنگەدەنگ و قسەکردن دەبێت بێ ئەوەی دەنگەکە هیچ سەرچاوەیەکی هەبێت ، یاخود وێنە و تارمایی دێنە بەرچاوی بێ ئەوەی لە ڕاستیدا بوونیان هەبێت. دواجار بێزاربوون لە ژیان و بیرکردنەوە لە خۆکوشتن بەسەریاندا زالْ دەبێت بۆیە هەندیٚ جار لەبری جارێك چەند جار هەوڵی خۆکوشتن دەدەن.

لەڕووی سایکۆلۆژییەوە لە دۆخی ژن پاش خۆسوتاندن بکۆڵینەوە دەبینین هەموویان لە دۆخێکی نالەباری دەروونی نائارامو داڕووخاوданو زۆریش هەست دەکەن تازە ژیانیان لەدەستداوە ئەم بوونەش تەنها جەستەییەو ڕۆحیان مردووە. (ئارام صدیق،خۆکوژی، لێکۆڵینەوەیەکی سۆسیۆ سایکۆلۆژی، لا٧٢)[٥٨]

تەوەری دووەم

⋆هەڵبژاردنی ئاگر لەلای ژنان بۆمەرگ

وەك پێشتر باسمان کرد تێڕوانینو بۆچونمان بۆ ئاگر تا ئەو ئە ندازەیەی هەست دەکەین هیچ ئازارێك هێندەی ئازاری سووتانو ئاگر بەهێز نیە، سووتاوی قورسترین برینەو ئازارەکانی ئاگر لە هەموو ئازارەکانی تر زیاترو ناخۆشترە، زامەکانی سووتان لەهەموو زامەکانی تر قوڵترە، هەڵبژاردنوبەکارهێنانی ئاگر ترسناکە ترسناکتر لە هەڵبژاردنو بەکارهێنانی فیشەك بۆ مێشك،چەقۆ،پەت بۆ خۆهەڵواسین ولەمەرگی

خنكانی ئاوو   هەموو ژانەكانی تری مەرگ. هەڵبژاردنی بەئازارترین جۆری مردنە، ئایا هەڵچوونی دەروونی بەسە بۆ كۆتایی هێنان بە ژیان؟ وە بۆچی لە ڕێگاكانی خۆكوشتن دا پەنا دەبرێت بۆ ئاگر؟ دیارە ئاگر لەو پیاوانە فێنكترو بە بەزەیی ترەكە ژنبونی ژنو نمایشی ژنایەتی بەهۆی جەستەیەوە لەكۆمەڵگەی ئێمەدا وێنا دەكەنو هەموو ناتەواوییە كانی كە ئەدرێتە پاڵی بەهۆی ناتەواوی جەستەیە كە ژن بەهۆیەوە وەرگرتنو وەرنەگرتنی لەلایەن كۆمەڵەوە و ڕەگەزی بەرامبەر لەبەر جەستەیە ئەو كاتە زیاتر لەهۆكاری هەڵبژاردنی ئاگر بۆ مەرگ و نەفرەتكردنی لەجەستە ئەگەین.كاتێك جەستە بۆ ژن ڕێگرێكی سەرەكیە لەبەردەم مرۆڤبوون .

لەم جۆرە كۆمەڵگانەی ئێمەدا مرۆڤ بەر لەمرۆڤبونی ژن یا پیاوە بەزمانێكی تر ئەوە ژنبوون یا پیاوبوونی مرۆڤە كە بەرلە تواناكانی جێگەو ئاستو ڕادەی مرۆڤبونی لە كۆمەڵگەدا دیاری دەكات ژن یا پیاو بوون وەك سەرەكیترین شوناس بۆ وەرگرتنو بۆ دیاریكردنی جێگەی كۆمەڵایەتی تێگەیشتنێكە لەسەر بونیادی روانینی بەرهەستوعەینی (قۆناغی یەكەمی ناسینن قۆناغی كۆنكرێت) كەواتە ئەوە تەنیا جەستەیە كە نمایشی ڕەگەزولە ئاستێكی تردا نمایشی بوون ئەكات.

هەڵبژاردنی ئاگر بۆخۆكوژی ژنان هەڵگری كۆمەڵێك پەیامی تایبەتیترە كە پەیوەندی بە خودی هەڵبژێردراوەكەوە هەیە واتە ئاگر و تایبەتمەندییە دیاروشاراوەكانی و دەوری ئاگر لە ژیانی بەرهەستونابەرهەستی مرۆڤوبەگشتی پەیوەندی بەسەرجەمی ئەو مانایانەوە هەیە كە ئاگر لەناخوجەوهەری خۆیدا هەڵیگرتون كە چەند پەیوەندی بە دەوروپلەوپایەی كۆمەڵایەتیو دەروون شیكاری كەسی خۆكوژیا خۆسوتێنەوە هەیە ئەوەندەش پەیوەندی بە دەروون شیكاری خودی ئاگرەوە هەیە،باشلار لە كتێبیكیدا بەناوی ٠دەروون شیكاری ئاگر) بەم شێوەیە لە ئاگر ئەدوێت

ئاگر دیاردەیەكی شازە كە توانای شەرحو گێرانەوەی هەموو شتێكی هەیە،ئەگەر ژیان نمایشی هەموو ئەو شتانە ئەكات كە گورجو بە پەلە دەگۆڕێن ،ئەوە ئاگرە كە ئەتوانێ گۆرانی گورجو بە پەلەی ئەو شتانە بگێڕێتەوە. لەناو هەموو دیاردەكاندا ئاگر تەنیا دیاردەیەكە ئەتوانێ زۆر بە ئاشكرا دوو جۆرە ئیعتیباری دژیەك وەربگرێ واتە هەم نمایشی خێر بكات هەم شەڕ . لەبەهەشتدا بدرەوشێتەوەو لە دۆزەخدا بسووتێنێ . ئاگر لەلایەكەوە تینو گەرماوروناكی بلاوئەكاتەوە رەمزو هێمای پاككردنەوەوسرینەوەی هەموو خەوشێكە، مەیلی جنسی و سێكسو سۆزو عاتفە ئەبزوێنێ (بەتایبەت لای ژن چونكە ئاگر بە پێچەوانەی ئاو نێرە) لەلایەكیترەوە ئەسوتێنێ (لەش ئە سوتێنێ كە خەوشی گیانە) . باشلار یەكەم كەسە كە پەی بردووە بە گرێی پرۆمتەوئامپدۆكلیس كە راستەوخۆ ئەمانبەنەوە بۆسەر زەمینە كۆمەلایەتیەكانی خۆسوتاندن . بڤەی ئاگر بڤەی نەهێشتنی نزیك بونەوە لەهەموو ئەو شتانەیە كە مرۆڤ حەز بە لێ نزیك بونەوەیان ئەكات ،بڤە هەرەشەیەكی ترسناكی سەردەمی منالیوگاگۆلكە كردنە كە یەكەمین سنور بەدەوری ئازادی مرۆڤدا ئەكێشی. یەكەمین مەیلی نافەرمانیو پشتكردن لەسەد و سنوورە دیاریكراوەكانی باوك مەیلی نزیك بونەوەی بڤەی ئاگرە . وە ئەم مەیلی نافەرمانیە بە گرێی پرۆمتە ناوبردە دەكات بەم بۆچوونە خۆسوتاندنی ژنان یان هەلبژاردنی ئاگر بۆ خۆكوشتن ،نەوەك هەر سەرپێچی كردنە لەئەمرو خواستی باوك بەڵكو دزینی ئاگرە لەخاوەنەكەی كە خاوەنی وەچاخی (ئاگردان) ماڵە كە دواهەمین سەرپێچی كردنە لە ئەمروخواستی باوك ،برا،مێرد یان بەگشتی پیاوانی كۆمەڵ سیستەمی كۆمەلایەتی كە دەسەلاتی ژیان دەسەلاتێكی پیاوانەیە بەیەكەم سەرپێچی كردنیەوە ئەبەستێتەوە. كەئەمەش لەراستیدا گەرانەوەیەتی بۆ تافی منالیو كردنی یەكەم كاری نەكردووی ،ژنی

خۆسوتێن زیئۆس ئاسا ئاگر لەخاوەنەکەی ئەدزیٚو خۆی ئەکاتە خاوەنی . (عەتا ناهی خۆکوژی ژنانورِازی هەڵبژاردنی ئاگر،،گۆڤاری رەهەند ژمارە ١٦-١٧ تیۆر کلتور راڤەکردن لا٢٤٣-٢٤٤)[٦١]

بەم جۆرە هەڵبژاردنی ئاگر لەلای ژن بەپێچەوانەی هەموو رِێگەکانی تری خۆکوشتن پشت هەڵکردنە لەدەسەلاٚتی ژیان کە دەسەلاٚتێکی پیاوسالارییە و هەموو شتەکان بڤەو قەدەغەکراوە بۆیە جگەلەوەی نەفرەت لەوژیانە دەکات کە پیاو دەسەلاٚتدارە لەهەمان کاتدا نەفرەت لەجەستەش دەکات کە حەزو ئارەزووەکانی پیاو تێر دەکات . سەرەرِای ئەوەی هەڵوەشانەوەی ئەو دەسەلاٚتەی ژیانە خۆبەخاوەن کردنی خێرو شەرِی ئاگرە لە لای ژنی خۆسوتێن.

گرێیەکی تر کە باشلار لەهەمان کتێبدا باسی دەکات –گرێی ئامپدۆکلیس- لەم سیفەتە دوو لایەنەو دژ بەیەکانەی ئاگرەوە سەرهەڵدەدات .مرۆڤ بوونەوەرێکە هەم خەون ئەبینیٚو هەم خەیاڵ ئەکاتەوە. خەیاڵ بە پێچەوانەی خەونەوە ئالۆزوبێناوەندە ،زیاتر لەسەر شتێك یان بابەتێك کۆئەبێتەوە . بەوتەی باشلار خەیاڵ بردنەوەی گویٚ ئاگردان هەندیك تەوەری فەلسەفیشی هەیە (ئاگر نمایشکەری گەشتو جمەی گورجی زەمانو ناپایەداری جیهانو پەرینەوە لە فەنا بۆ بەقایە) کەواتە خەیاڵبردنەوەی گویٚ ئاگر گرێیەك ساز دەکات کەخۆشویستنی ئاگرو ترس لە ئاگر ،غەریزەی ژیانو غەریزەی مەرگ تێکەڵو ئاوێتە ئەکات. لەساتەوەختی خەیاڵبردنەوەی گویٚ ئاگردانو ووردبونەوە لە ئاگر عەشقومەرگو ئاگر یەك ئەگرنەوە.

بەسەرنجدان بە واقیعی ژیانی ژنان ، بەتایبەت لەکۆمەڵگەی ئێمەدا کە زیاترینو نزیکترین پەیوەندیو نزیکایەتیان لەگەڵئاگرو ئاگردان دا هەیەو زیاتر لەهەموو شوێنێك لەگویٚ ئاگروئاگردانی ماڵەکانیان بەخۆیاندا ئەچنەوەو بەر بۆخەیاڵیان شل ئەکەن کاریگەری ئەم گرێیە لەسەر برِیاری

خۆسوتاندن،کاریگەریەکی جدیو شایەنی لێکۆڵینەوەیە. لەئەنجامی لێکۆڵینەوەی لەم رِوانگەیەوە کە پەردە لەسەر رِازی هەڵبژاردنی ئاگر بۆ خۆکوژی ئاگرو جیاوازەکانی مانای خۆسوتاندن لەگەڵ بیٚ مانایی جۆرەکانی تری خۆکوژی هەڵدەدرێتەوە.

(عەتا ناهی ،خۆکوژی ژنانورِازی هەڵبژاردنی ئاگر،گۆڤاری رەهەند ژمارە ١٦-١٧ تیۆر کلتور راڤەکردن لا٢٤٥-٢٤٦)[٦٢]

یاخود لەبەرئەوەیە کە لەکۆمەڵگەی ئێمەدا زیاترینو زۆرترین ئامێروپێویستیەکانی ماڵ پێویستی بەنەوتوبەنزینە وە بەهۆی بەکارهێنانی بەردەوامی ئاگر لەکاری رۆژانەدا دەبێتە هۆی ئەوەی ئاگر ئاشنایی لەگەڵ ژن ئاسان بکات، هۆیەکیتری سەرەکی هەڵبژاردنی ئاگر دەگەرِێتەوە بۆ ئاسانیودەستکەوتنی نەوتو بەنزین کەزۆرینەی ئەوانەی خۆیان دەسوتێنن ئەم دوو ماددەیە بەکاردەهێنن یا ئەو کەسە نایەوێت بسوتێتو بشێوێت بەڵکو دەیەوێت تەنها بۆ ترساندنی بەرامبەرو بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر ئەم رِێگەیە هەڵببژێرێت، لەکاتی کێشەدا دەستەواژەی "لەداخی تۆ خۆم دەسوتێنم" بەکاردێنیٚ ئەمەش پاڵنەرێکە بۆئەوەی لە دووبارەبونەوەی کێشەکەدا و پەنا بۆ خۆسوتاندن بەرێت بۆیە لەم کاتانەدا ئاسانترین شت کە لە بەرستدایە نەوتو شقارتەکەیە.

لەرِوانگەی سۆسیۆلۆژیەوە هەڵبژاردنی ئاگر لەلای ژن شتێکی رِەوایە چونکە ئاگر بەرِیەککەوتنێکی رِاستەوخۆی هەیە لەنێو ژیانی مرۆڤدا بەگشتیو ژن بەتایبەت. . (ئارام صدیق،خۆکوژی، لێکۆڵینەوەیەکی سۆسیۆ سایکۆلۆژی، لا٦٩)[٦٠]

لەکۆمەڵگەی کوردەواریدا ئەم دیاردەیە زیاتر کە لەلای ژن باوە کە ئەویش تاکو ئێستا بەکێشەیەکی کۆمەلاٚیەتی دەژمێردێت. رەنگە هۆکارەکەشی بگەرِێتەوە بۆئەوەی کەپیاوی کۆمەڵگەی کوردی زاڵن بەسەر ژندا، ئەوەی

بارودۆخەکە ئالۆزتر دەکات ئەوەیە کاتێك پیاو وەك چەوسێنەرێك مامەڵە لەگەڵ ئافرەت دەکات، جا ئەو ئافرەتە (خێزانی بێت،خوشکیبێت،کچیبێت یا دایکی بێت) لەدیوەکەی تر ژن ناتوانێ هیچ شتێك بکات بەرامبەر بە چەوساندنەوەی ، بۆیە یەکێك لەڕێگاکانی وەڵامدانەوەی ئەو چەوساندنەوەیە کە ئەویش ڕێگەیەکی هەڵەیە کە پەنا بردنە بەر خۆسوتاندن. (عەزەدین احمد ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە ٣ ، ل٣٩)[٦٣]

کەوابێ دیاردەی خۆسوتاندن کە کێشەیەکی کۆمەڵایەتیەو هەڵبژاردنی ئاگر بۆ کۆتایی هێنان بە ژیان لەئەنجامی چەوساندنەوەو زاڵێتی دەسەڵاتی پیاو لەخێزانو کۆمەڵگەدایە بۆنیوەی کۆمەڵگە کەژنە (دایك،هاوسەر،خوشك،کچ) ە ئەمیش بۆ وەڵامدانەوەی ئەم چەوساندنەوەو زاڵبونەی پیاو بەسەر کەسێتیو کۆنترۆڵکردنی ژن دا وەرگرتنەوەی ئاگرە لەخاوەنەکەی وە بەکارهێنانی بۆ نەفرەت کردن لەجەستەی کە بووە بە موڵکی پیاو.کاتێك ژن جەستەی خۆی دەسوتێنێت وەڵامدانەوەیەك دەدات بەپیاو کە ئیدی تەواو ئەو جەستەیەی لەکاتی شەهوەتبازی پەنای بۆدەبەیتو لەئامێزی دەگریت بەڵام دواتر تۆ نەبوویتو بەردەوام ئازاری دەدەیتو توندوتیژی دەنوێنیت . لەم کاتەدا ژن بەخۆسوتاندنی جەستەی پێی وایە گەورەترین تۆڵەیە لەپیاو دەکاتەوە هەست دەکات توانیویەتی موڵکی خۆی وەرگرتەوە بەڵام بەشێواوی.

★ڕۆڵی دامەزراوەکانو کاریگەری لەسەر دیاردەی خۆسوتاندن

هەروەك لەچەمكو زاراوەکان باسکرا کە دامەزراوەی کۆمەڵایەتی برتییە لە کۆمەڵە یاساوڕێسا کە پەیوەندیەکانی نێوان تاکەکانو کۆمەڵگە ڕیکدەخات دەتوانرێ بوترێت دەوڵەت دامەزراوەیەکی کۆمەڵایەتیە لەهەمانکاتدا ڕێکخراوێکی کۆمەڵایەتیشە لەبەرئەوەی پێك دێت لە تاکەکان کە هەوڵ بۆ جێبەجێکردنی کاروئەرکی دیاریکراو دەدەن لەپێناو هێنانەدی

حەزوئارەزووەکانی کۆمەڵگە. وە کۆمەڵگە لەهەمو بونەوەران بگۆڕترە بەردەوام و بەخێرایی گۆڕانکاریەکان ڕوودەدات خۆی دەگونجێنێ لەگەل ٚدیاردە دەرەکیەکاندا کە هیچ بوونەوەرێك توانای ئەو گۆرانکارییە خێراو بەردەوامەی نابێت بۆیە زەمەن بەسەریدا زاڵ دەبێت وە پەیوەندییەکی بەهێز لەنێوان دامەزراوەی کۆمەڵایەتیو کۆمەڵگەدا هەیە هەریەکەیان کاریگەری باش‌وخراپ بەجێدەهێڵێت لەسەرتاك ،لەسەرەتای لەدایکبوونی مرۆڤ پێویستی بە فێربوون هەیە بۆ ناسینو تێکەڵاو بوونی لەگەڵ دەوروبەردا کە یەکەم دامەزراوە لە کۆمەڵگەدا گرنگی خۆی هەیە لە شێوازی پەروەردەکردنی ئەم کۆرپەیە بۆ دانانی بناغەیەکی باشو تۆکمەوتەندروست لە پەروەردەو فێرکردن بەشێوەیەکی نارەسمی دواتر بەشێوەیەکی ڕەسمی دامەزراوەکانی تر وەك (خوێندنگا، پەیمانگا،زانکۆ...هتد) کە وەستاوە لەسەر ئامانجە دیاریکراوەکانی دەزگا پەروەردەییەکان. بۆیە کاتێك لەڕێگەی ئەم دامەزراوانەوە بمانەوێت دەوروبەر بگۆڕین وا دەکات هەردوو هەستی ئیجابیو سلبی دروست بکات ، کە بەشێوەی سلبی کاریگەری هەیە و ئەبێتە هۆی نیگەرانی لایەنی سۆزداری یا جەستەیی یا ئەبێتە هۆی نەخۆشی وەك (خەمۆکی، تورەبون، ترس،سەرئێشە، بێباوەڕی، تێکچوونی خەو، بەرزبونەوەی فشاری خوێن ...هتد) .گرفتو کێشەکانی رۆژانە کاتێك کەڵەکە دەبێتو دووبارە دەبنەوە لەماوەیەکی کەمو کورتدا، کۆمەڵێك ڕووداوی قورس لەیەك کاتدا دروست دەکات کە ئەمەش وادەکات کەسێتی ئەو کەسە شپرزە بکاتو تێکی بشکێنێ و قەیرانی خۆکوشتن یا خۆسوتاندنی بەدوا دێت. ئەم ڕووداوانەش لەدەرەوەی ئەزمونە ئاساییەکانی تاکەوەیەو ناتوانێ چارەسەری بکات لەم حاڵەتەشدا کاتێکی کەمتر هەیە بۆ بیرکردنەوە بۆیە بڕیاری سلبی دەدرێتو کاریگەری لەسەر دەروونیو جەستەی تاك دەبێت، یەکێك لەو قەیرانانە قەیرانی گەشەکردن بۆنمونە

لەقۆناغێكی ژیان بچیتە قۆناغێكیتری ژیان وەك (قۆناغی منالّیو هەرزەكاری كاتێك دەچێتە قۆناغی خویندنگەو زانكۆ)(قۆناغی ڕەبەنی كاتێك دەچێتە قۆناغی هاوسەرگیری) لەم كاتانەدا پێویستە سیستمی پشتیوانیكردنو یارمەتیدانی كەسەكەو ئەو سەرچاوانەی هەیەتی لەڕێگەی (پشتیوانییە خێزانیەكان، پشتیوانیەكانی كۆمەڵگە) وە سەرچاوەی خودی تاك خۆیشی گرنگە وەك كەسێك لە دامەزراوەكانی كۆمەڵگەدا بۆ تێپەڕاندنی ئەو گرفتو كێشەو نەهامەتیانەی رۆژانە ڕووبەڕوی تاكەكانی كۆمەڵگە دەبنەوە واباشترە دامەزراوە كۆمەڵایەتەیكان كاریگەرییان هەبێت لەسەر كەمكردنەوەی خۆكوشتنو خۆسوتاندن بە ڕێگەگرتن لەم كارەی ئەنجامی دەدەن

هەموو كۆمەڵگەیەك جۆرە كۆمەڵناسێكی نهێنی تێدایە كە بایەخی یەكجاركەمی پێ ئەدرێت ، پێدەچێت داب‌ونەریت،مافە (یاساوحوكمەكان)،ڕێكخراوە بنەماڵەییو كۆمەلایەتیەكانی هەر كۆمەڵگەیەك ، كەم تا زۆر، ڕاستەوخۆ بەهۆی هەندێك لە "بدیهیات" و پرنسیپەكانەوە هاتبێتە ئاراوە. كەواتە یەكێك لە ئەركە بنەڕەتیەكانی كۆمەڵناسیو مێژوو،جیاكردنەوەی ئەو پرنسیپانەیە، لەو كۆمەڵە بابەتانەی كە لێكۆڵینەوەیان لەسەر ئەكەن. (د .بۆتۆل ،و.فەرشیدشەریف،ساڵی٢٠٠٥، دامەزرێنەرانوسەرهەڵدانی كۆمەڵناسی، لا ٥).[٦٤]

لێرەدا بوونی كۆمەڵناس بۆ لێكۆڵینەوە لەسەر دیاردەكان كە بەهۆی گۆڕانكارییەكانەوە لە كۆمەڵگەدا ڕوودەدات لە داب‌ونەریتومافەكان لەلایەن ڕێكخراوودامەزراوە كۆمەلأیەتیەكان بە یەكێك لەئەركی كۆمەڵناسی نهێنی دا دادەنرێت. كەوابێ كۆمەڵناس وەك تاكێك لە دامەزراوەیەكی كۆمەلأیەتی دەوڵەت و لەهەمان كاتدا وەك ئەندامێكی سەندیكاكەی كاربۆجێبەجێكردنی چارەسەی گونجاو لە گۆڕانكارییە باش‌وخراپەكان دا

دەكات . ژن وەك نیوەی كۆمەڵگە لەودامەزراوەو ڕێكخراوانەدا ڕووبەڕوی دوو كێشەی سەرەكی دەبێتەوەیەكێكیان ئەو زوڵمەزۆرەیە كەبەهۆی ژنبونیەوە بەسەریدا ئەسەپێ دووەمیان ئەوەیە كە لەلایەن زۆرینەی جەماوەرەوە بەژنوپیاوپیرومناڵەوە بە بێدەسەلأتی ناو كۆمەڵگە ناودەبرێت لەمەشەوە جارێكی تر كێشەكانی ژن دەچێتەوە ژێر دەسەلأتی پیاو بۆچارەسەركردنی لە خیزانو دامودەزگاكان دا . كە لەگەڵ ئەمەشدا گرفتوكێشەی ژن تەنها كێشەیەكی تاكەكەسی نیە لەگەڵ باوك،مێرد،برا یا بنەماڵەكەی بەڵكو كێشەیەكی گشتی كۆمەڵە كە لەم كۆمەڵگەیەدا دەژیو هەموو دەسەلأتەكەی دژ بە بونی ڕەگەزی مێینەیەو ژنبونیەتی كە لە كۆمەڵگەیەكی وەك كۆمەڵگەی ئێمە وا دەدات ئەو ژنە كەسێتیەكی خەمۆكو نائومێدو تەنیایە كە بەقەیرانی وەك دابڕان لەكۆمەڵگەودابڕانی ئێجگارەكی لەژیان و خۆكوژیوخۆسوتانی بەدوادێت.كە ئەمەش دەریدەخات كە كێشەكە لە كێشەی تاكەكەسیەوە دەبێتە كێشەیەكی كۆمەلأیەتی كاریگەرییەكانی تەنها لەسەر تاك نامێنیتەوە بەڵكو دەگوازرێتەوە ناو كۆمەڵ بۆئەمەش دمەزراوە كۆمەلأیەتیەكان بە شێوەیەك لە شێوەكان تێگەیشتنو ڕێگەچارە بۆ دیاردەی خۆسوتاندن دەستنیشان دەكەن.

دەروازەی دووەم/ لایەنی مەیدانی

بەشی یەکەم:

تەوەری یەکەم

دەروازەی دووەم/

بەشی یەکەم/ لایەنی مەیدانی-کەرەستەو ڕێوشوێنەکانی بەجێهێنانی توێژینەوە:-

میتۆدی توێژینەوە:- میتۆدی وەسفی کە گرنگی دەدات بە لێکۆڵینەوەی واقعی دیاردەکان وەك ئەوەی سروشتدا هەن، هەڵدەستێت بە پەسەندکردنی بەشێوەیەکی ورد لەڕووی چەندێتیو چۆنیەتیەوە. گوزارشتی لێدەکاتو وەسفی دیاردەکە دەکات، تایبەتمەندییەکانی ڕووندەکاتەوە وەسفێکی ئاماری بۆدەکات گەورەیی قەبارەی دیاردەکە، ئەرکی پۆلێنکردنی زانیارییەکانو ڕێکخستنیان دەگرێتە ئەستۆ. لێرەدا شێوازو ستایلی داماڵینی کۆمەڵایەتی وەرگیراوە چونکە ئامرازێکی باشی پێوانەیی واقیعی.

وەلێکۆڵینەوەی باری(کەیس):- لەتوێژینەوەی کۆمەڵایەتیدا ئەم ڕێگەیە دادەنرێت بە ڕێگایەکی گشتی بە ئامانجی وەرگرتنی زانیاری جۆراوجۆر، گرنگی بە لێکۆڵینەوەی بارودۆخی ئەو کەسانە یا ئەو دەزگایانەی کۆمەڵگەکەمان دەدات، بەمەبەستی گەیشتن بە ئامانجی پوختو دیاریکراو(فتحی هلال،و،سەنتەری ژینیا،٢٠٠٨،ڕێبەری توێژەبۆتوێژینەوەی زانستی،لا١٦- ٢٢)

چەند نموونەیەك لەباری کەیسی (حالە دراسیە) دەخەینەڕوو کە بەهۆکاری خێزانیوکۆمەڵایەتیو ئابووریو دەروونی پەنایان بردۆتە بەر خۆسوتاندن.

١.	ه. ف کە تەمەنی ٢٠ساڵەوسەڵتە، دانیشتووی شارە پلەی خوێندنی ٤ی سەرەتاییەو خێزانەکەم(٨)کەسە، لەخانووی کرێداینو باری ئابووریشمان خراپ بوو باوکم ئەنفالەولەگەڵ ماڵی مامم دەژین لە ژوورێکی ئەو خانووە ، کێشەو ئاژاوەی خێزانی زۆرمان هەبوودایکیشم نەماوە بۆیە کێشەکەم لەلای خوشکە گەورەکەم باس کرد کە ئەو شویکردووە ووتم کە مامم تۆمەتی پیاوی خستۆتە پاڵم ووتی تۆ حەزت لەو کوڕەیە ؟کەسیان

بڕوایان پێ نەدەکردمو پاڵپشتم نەبوو هیچ کەس وەك دایكو باوك نیە، بۆئەوەی وازبێنن لەو قسەیەی بۆم دروستکراو بۆ ترساندنی دەوروبەر ئەم کارەم ئەنجامدا بۆئەوەی کۆتایی بێت ئەو قسانە کە پێیاندەگوتم، وەبەنیازم لە دوایدا کە چاکبومەوە نەشتەرگەری بۆ شوێنەواری سووتاویەکە بکەم. شەو درەنگ بوو کاتژمێر ١٢ خۆم سوتاندوو، ئێستاپەشیمانم چونکە ئزاری سوتان زۆر زۆرەو کێشەکەشم بۆچارەسەر ناکات ، بۆیە دەڵێم هەر کەس کێشەیەکی هەبوو با نوێژبکات دڵی چاك دەکات.پلەی سوتاویەکەی پلە دوو بوو.

٢. ش.غ تەمەنی ١٦ساڵەو کچی ماڵەوەیە لە شار دادەنیشن وقۆناغی سەرەتایی تەواو کردووەو (٩)سەر خێزانن، ماوەی ٣ مانگە تووشی نەخۆشی دەروونی بووە سەردانی پزیشکی کردووە بۆ چارەسەرکردن،ئەم کچە بەردەوام ترسی هەبووە لە شتەکانی دەوروبەریو خەوی بینیوەو بەبەردەوامی گوێی لە دەنگو تارمایی کەسانێك بووە کە لەگەڵی بوونو کەسانی تر نە ئەیبینن‌ونە گوێشیان لەو دەنگانە بووە. گرفتی خەوی هەبووە بۆیە بەشەو هەستاوە کاسێتی ئاهەنگی داگیرساندووەو هەڵپەڕیوە و لەخەیاڵدا ژیاوە بەقسەی ئەو تارماییو دەنگانە هەڵسوکەوتی کردووە ،پێش خۆسووتاندنەکە یەکێك لەو دەنگو تارماییانە قسەی لەگەڵ کردوەوەو وەکو خۆی دەڵێت "دەنگێك کە هی ژنێکی ڕەش بووە پێی ووتوم بچۆرە حەمامەکەو ئاو بۆ باوکت گەرم بکە خۆی ئەشواتو ئەبێت خۆشت بکەی بەئاگر بۆ ئەوەی ئاوەکە زۆر گەرم بێت بۆئەمەش ماکسیەکەشت بنێ بەئاگرەکەوەو دوایی خۆت" ئەم بێ ئەوەی هۆشی بێتەوە بەپێی قسەکانی تارماییەکە هەڵسوکەوت دەکاتو دەسوتێت .

٣. (ه.ح)تەمەنی ٢٨ ساڵە ،دانیشتووی شار، بڕوانامەی دبلۆمم هەیەو شوومکردووەو (٥)سەرخێزانینو کرێچین،بە بەنزین خۆم سووتاند

لەداخی هاوسەرەکەم کە زۆر خراپ بوو لەگەڵمو بەردەوام قسەی ناشرینی پێدەوتمو هەندێ جارلێی ئەیام،کە شووم پێکرد ماوەی دەستگیرانیو گواستنەوەمان ٣ مانگ بوو زۆر شت هەبوو لە دوایدا دەرکەوت کە زۆر جیاواز بوو لەگەڵ مندا، چەند جارێك کێشەکەم لای کەس‌وکارم باسکردووە ووتویانە بڕۆرەوە بێدەنگ دانیشە ئاقڵمان کردووە،بۆیە دواجار ڕۆیشتمەوەولەماڵی باوکم لەژووری میوان بەیانی زوو کاتژمێر ٩ خۆم سوتاندوو لەبەرئەوەی هیچ ڕێگەیەکی تر نەبوو بۆ خۆلەناوبردن ئەمە ئاسانترین ڕێگەبوو، وە دان بەوەدائەنێت کە پەشیمانە چونکە لای وابوو چارەسەرە بۆ کێشەکەی بەلاّم ئێستا تێکچوونی جەستەییودابڕان لەکۆمەڵ بەدوایدا دێت بۆیە بۆچارەسەری کێشە باشترە پەنا بۆ ڕێکخراووو دادگا ببرێت. پلەی سوتاویەکەی پلە دوو بوو.

٤. (ڕ. ق) تەمەنی ١٣ ساڵە وسەڵتەکە دانیشتووی شارە و خوێندکاری ناوەندییە باوکی دوو ژنی هێناوەو لەدایکی ئەم کچە جیابۆتەوە .(٥)سەر خێزانن، لەدوای ئەوەی باوکم دایکمی تەلاّقدا هەڵسوکەوتی زۆر خراپ بوو لەگەڵ مندا نەك هەر خۆی بەڵکو ژنی دووەمی کە پێی دەڵێم باجی بۆمن زۆر خراپ بوون وە بەردەوام کچەکەی دەمەقاڵی بووە لەگەڵم و شەڕو ئاژەوەی بۆ دەنامەوەو هەموو کاتێك قسەی ناشرینو لێدانم دەخوارد چونکە ئەیان ووت خەتای تۆیەو تۆ گەورەتری . منیش زۆر هەستم بەتەنیایی دەکردوو باوکم جیاوازی زۆر دەکردین و ئەم کێشەیەم بۆ دایکم باس دەکرد کە ئەمبینی بەلاّم باوکم زۆر کەم ڕێگەی ئەدام بچمەلای دایکم ، دایکم دەسەلاّتی نەبوو هەر دەگریا، ڕۆژێك خوشکەکەم وەك هەموو جار قسەی بۆ دروست دەکردمو بۆبەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر ئەم کارەم ئەنجامداوە بەهۆی کێشەی خێزانی کە کچی باجیەکەم قسەی بۆدروست دەکردمو لەسەر مۆبایل بەمامم بەلێدانییان دامو هەڕەشەی کوشتنی لێکردم ئەگەر حەزم لە

کوڕ کردبێ بۆیە کە ئەوان ڕۆیشتنە دەرەوە لە ئێوارەدا خۆم سووتاند لەبەرئەوەی کەسیان پاڵپشتی من نەبوون و دایکیشم دەسەڵاتی نەبوو، ئێستاپەشیمانم وامزانی کێشەکەم چارەسەر دەکات بەڵام لەگەڵ ئەوەی ئازاری سوتان زۆرە، خەتەری دوای خۆسوتاندن تێکچوونی باری دەروونی و دابڕان لەکۆمەڵ دروست دەکات. پلەی سوتاویەکەی پلە سێ بوو.

٥. (پ.ج.ع) ١٨ساڵەوسەڵتە، دانیشتووی ناحیەیە پلەی خوێندنم٢ی ناوەندییەو (٨)کەسین،لەخانووی کرێداین و باری ئابووریمان خراپە. خۆم سووتاندوو لەبەرئەوەی دەرنەچووە لە تاقیکردنەوەکانی کۆتایی ساڵ دا ،سێ ساڵ لەپۆلی دوو دەرنەئەچوم، پێشتر هانام بۆ مامۆستاکانم بردووە بۆچارەسەری کێشەکەم و بەڵام سوودی نەبووبۆیە کە ڕۆیشتمەوە نیوەڕۆبوو بڕیارم دا خۆم بسوتێنم ، بڕوام وایە خەتەرییەکانی دوای خۆسوتاندن دابڕانە لەکۆمەڵ بۆیە ئێستا پەشیمانم، لەگەڵ ئەوەی خۆی ئەیویست دوای چاکبونەوە نەشتەرگەری جوانکاری بۆ شوێنەواری سووتاویەکە بکات بەڵام پاش چەند ڕۆژێك گیانی لەدەست دا پلەی سووتاویەکەی زۆر بوو، ڕێنمایی بۆکەسانیتر ئەوەبوو بۆچارەسەری کێشە هانا بۆ ڕێکخراوودادگا ببەن.

٦. (ش.أ) ١٩ساڵەوژنی ماڵەوەیە، دانیشتووی لادێیە ، تا پۆلی یەکی ناوەندییەو (٨)سەر خێزانین،لەخانووی مولکداین و لەگەڵ ماڵی خەزورانم دادەنیشن. خۆم سووتاندووە لەبەرئەوەی مێردەکەم زۆردڵی پیس بوو،ماوەی هاوسەریم ٨ مانگ بووەو هانام بۆکەس نەبردووە بۆئەوەی سەرم لێنەشێوێت! سکم هەیە کە لەقۆناغی ٢مانگی دووگیانیدام ، شەو درەنگ خۆی سووتاندووە چونکە کەس ئاگادار نابێت ،بۆیە ئەم کارەم ئەنجام داوە بۆئەوەی دەوروبەرومێردەکەم بترسێنم چونکە ماڵی خەزورانم پاڵپشتی مێردەکەمیان دەکرد کەبڕیاری خۆکوشتنم دا سەرەتا لەبەر مناڵەکەی سکم نەمئەتوانی دوایی وتم تەنها ئەوان ئەترسێنم بیرم لەوەش کردەوە ئەگەر

مردیشم با ئەو منالەم لە دایك نەبێت بۆ خەم و خەفەتی ئەم دنیایە، بەڵام نەمزانی کە وام لێبەسەردێت بۆیە پەشیمانم لەم کارەی کردومە چونکە خۆسوتاندن دەبێتەهۆی دابڕان لەکۆمەڵ ، کە چاکبومەوە نەشتەرگەری بۆ شوێنەواری سووتاویەکە دەکەم بەس ئایا وەك پێشترم لێیەتەوە؟!ڕێنمایی بۆکەسانیتر ئەوەبوو بۆچارەسەری کێشە هانا بۆ ڕێکخراوودادگا ببەن. پلەی سوتاویەکەی پلە سێ بوو.

٧. (خ.س) ٢٠ساڵەوژنی ماڵەوەیە، دانیشتووی شارە پلەی خوێندنی تا پۆلی سێی سەرەتاییەو ژمارەی خێزانەکەی بریتیە لە (٥)کەس،لەخانووی مولکدان و لەگەڵ ماڵی خەزورانی دادەنیشن. خۆی سووتاندووە لەبەرئەوەی مێردەکەی خراپ بووە لەگەڵیدا ، هانام بۆشوبرا گەورەکەم بردووە لەسەرەتادا پاڵپشتی کردم بەڵام دوایی لایەنی براکەی گرت، ٧ی ئێوارە خۆم سووتاندووە پەشیمان نیم لەم کارەی کردومە ئەڵێم (ئێوە ئەڵێن چی ئێستاش خواخوامە نەجاتم بێت) هەر ئاگرە فریامان دەکەوێت بۆیە ئەم کارەشەم کردووە نەجاتم بێت و بۆتۆڵەکردنەوە لەبەرمبەرەکەم ئەم ڕێگەیەم هەڵبژاردووە ، ڕێنمایی بۆکەسانیتر ئەوەبوو بۆچارەسەری کێشە هانا بۆ دادگا ببەن. پاش یەك ڕۆژ لە نەخۆشخانەمایەوەو گیانی لەدەستدا پلەی سوتاویەکەی پلە سێ بوو.

٨. (ش.ع) ٤٢ساڵەوفەرمانبەرەن بێوەژنە، دانیشتووی شارە ،ژمارەی خێزانەکەم (٦)کەسین،لەخانووی مولکدابووین. خۆم سووتاند لەداخی کوڕەکەم بەهۆی کێشەی خێزانیەوە بۆیە ئەم ڕێگەیەم هەڵبژاردووە چونکە مەسیری ترم نەبوو واتە چارەی ترم نەبوو ، لە نیوەڕۆدا ئەم کارەم ئەنجامداوەو ئێستا پەشیمانم ، چونکە خۆسوتاندن دەبێتەهۆی دابڕان لەکۆمەڵ ،لای کەس کێشەکەم باس نەکردووە بۆیە ئەم کارەم ئەنجام داوە بۆترساندنی کوڕەکەم . ڕێنمایی ئەوەبوو بۆچارەسەری کێشە هانا بۆ

ڕێکخراووداگـا ببــەن. بــەنیاز بــوو دوای چـاکبونەوە نەشــتەرگەری بــۆ شوێنەواری سوتاوی بکات بەلاّم پاش چەند رۆژێك گیانی لەدەستدا بەهۆی زۆری ڕێژەی سووتاویەکەی.

بــەکارهێنانی میتــۆدی ئــەم توێژینەوەیــەش بریتیــە لــە ڕێــژەی ســەدی، گۆراوێك لە گۆراوەکان یا هۆکارێك لە هۆکارەکان.

نمونــەی توێژینــەوە:- بریتیــە لــە بەشــێکی دیاریکراو لــەرووی چەندێتیو چۆنیەتیەوە کە نوێنەرایەتی کۆمەڵە کەسێك دەکات، ئەو سیفەتانەی لەو بەشە دیاریکراوەدا هەمان ئەو سیفەتانەیە لەو کۆمەڵەدا کە لێکۆڵینەوەکەی لەســەر دەرکــرێ. (نەســرین جمــال، نیــان عزیــز، بەسەرپەرشــتی د.ئاســۆ ابراهیم،٢٠٠٤، رۆڵی شێوازی پەروەردە لە گەشەپێدانی کۆمەلاّیەتی خێزانی کوردیدا ،لا ٦)

نمونەی توێژینەوەکە لەنێو نەخۆشخانەیەکی شاری سلێمانی کە بەمەبەستی چارەســەر کــردن ناویــان تۆمــار کــراوە فۆرمــەکان پڕکراوەتــەوەو بەشــێوەی هەرەمەکی پڕکراوەتەوە.

سنوری توێژینــەوە:- بــواری مرۆیــی توێژینەوەکــە بریتیــە لــە (٢٦٠) کــەس لــەناو نەخۆشــخانەی ئیمیرجینــسی، شــوێن ئــەو شــوێنە جوگرافیــەی ســنوری توێژینەوەکەی گرتۆتەوە لەناو سلێمانیو دەوروبەری دەگرێتەوە.

ئامرازی توێژینەوە:- چەند ئامرازێك بەکارهاتووە بۆ کۆکردنەوەی زانیـاریو داتا:-

- ئاراســتەکردنو دابەشــکردنی فــۆرمی دانــراو کــە پرســیارو دەســتەواژەی سادەو دیاریکراو دەگرێتەوە.

-چاوپێکەوتنو ئاراستەکردنی پرسیاری تایبەت بۆ چەند ئەندامێکی نموونە.

کەرەسەی توێژینەوە:-

کەرەســتەی ژمێریاریــیــەکان:- بــەکارهێنانی کەرەســەی ژمێریــاری ڕاســتی لێکۆڵینـــەوە دەردەخـــات چـــونکە لێکۆڵینەوەکـــە تاڕادەیـــەك دەکـــات بـــە لێکۆڵینەوەیــەکی زانــستی لەبەرئــەوە لــەم لێکۆڵینەوەیــەدا ڕێگەیــەکمان بــەکارهێناوە لەگــەڵ شــیکردنەوەی وەلاّمەکانــدا بگونجێــت ئــەو ڕێگەیــەش بریتیە لە بەها/کۆیگشتی X ١٠٠

خستنە ڕووی گریمانەکان:-

کەمی تەمەن کاریگەری ڕاستەوخۆی هەیە لەسەر پەنابردن بۆ خۆسوتاندن.

زۆری کێشەی خێزان دەبێتەهۆی توندوتیژی‌وهاندان بۆ خۆسوتاندنی ژن.

ئەوپاڵنەرانەی والەژن دەکات بۆخۆسوتاندن، بێزاربوون لەژیان، بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر،تۆڵەکردنەوە لەکەسی باڵادەست.

کلتوری داخراو پێکهاتەی کۆمەڵایەتی کۆمەڵگەی کوردەواری وا دەکات ژن کەسایەتی لاوازوداخراو شاردنەوەی هەبێت بۆ چارەسەری کێشە کەمتر پەنا بۆ دامەزراوەو دەزگای‌کۆمەڵایەتی‌وپاسایی دەبات.

ئەو ژنەی خۆی دەسوتێنێ تووشی دابڕان لەکۆمەڵ‌و گۆشەگیری دەبێت لەڕووی کۆمەڵایەتیەوە.

ئەو ژنانەی خۆیان دەسوتێنن تووشی تێکچوونی جەستەیی دەبن‌و پەنا بۆ نەشتەرگەری دەبەن.

نەوت ئەو سوتەمەنیە کە لەماڵاندا وەك ئامرازێك بەکاردێت‌و زۆربەی حاڵەتەکان پەنای بۆدەبەن بۆ خۆسوتاندن وڕووداوی سوتانی لێدەکەوێتەوە تاکو ژمارەی ئەندامانی خێزان زۆر بێت ڕێژەی سووتان‌وسووتاوی زیاد دەکات.

بەشی دووەم/ شیکردنەوەی خشتەکان

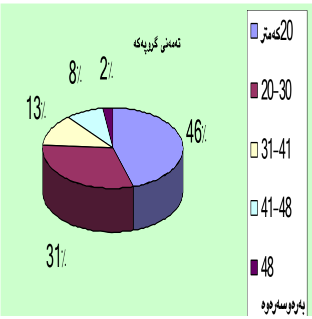
٭ژمارەی ئەو کەسانەی کە سووتاون بریتییە لە (٢٦٠) ، تەنها لێرەدا قسە لەسەر ئەو کەسانە دەکەین کە ناویان لە نەخۆشخانەی ناوبراو تۆمارکراوە، وەك باسێکی گشتیگر ڕێژەو هۆکارو حاڵەتی سووتان دیاری دەکات کە لەم ئامارەدا دەرکەوتووە:-

زانیارییە گشتیەکان دەریدەخات :-

خشتەی ١ تەمەنی گروپەکە دەردەخات

تەمەن	ژمارە	ڕێژە
20کەمتر	118	46%
20-30	80	31%
31-41	34	13%
41-48	22	8%
48 بەرەوسەرەوە	6	2%
کۆی‌گشتی	260	100%

بەپێ ی تەمەنی گروپەکە دەردەکەوێت کە زۆرترین ژمارەیان لەتەمەنی (٢٠ کەمترە) ژمارەیان (١١٨) بەڕێژەی (٤٦٪) وەك تێبینی کراوە تەمەنەکە لەنێوان (١٣-١٩)ساڵبوون ، کەمترین ڕێژە سەرو تەمەنی ٤٨ساڵ بریتیە لە (٦) کەس بەڕێژەی (٪ ٢) . زۆرترین ئەوانەی کە تووشی ڕووداوی سوتاندن بونەتەوە لەلایەن گەنجانی تازە پێگەیشتووەوە چونکە ترسناکترین قۆناغی تەمەنەو لێرەدا مرۆڤ لەکەسێکی وابەستەوە دەبێتە کەسێکی سەربەخۆو داواکاری‌وفشار لەسەری زیاد دەکات لەڕووی بەکارهێنانی کەرەستەی ناوماڵ بە سووتەمەنی و پەیوەندییەکانی تاك



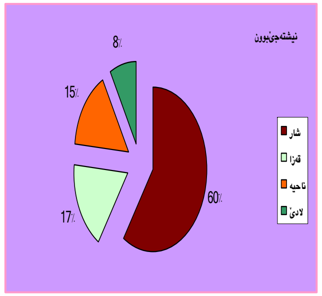
لەگەڵ خێزان و کۆمەڵگەدا بەشێوەیەکی گشتی لەسەردەمی ئەمرۆدا زۆرترین حالەتەکان کەڕووبەڕوی سوتان بونەتەوە لەنێوان (١٣-٤١) ساڵیداین.

ئـەوەش دەردەخـات کـە کـەمتر لەپیرکانـدا ڕوودەدات بـەهۆی ئـەوەی لـە کۆمەڵگەی کوردیدا بە پێچەوانەی رۆژئاوا زاتر ڕێزیان لێدەگیرێت و هەست بەتـەنیاییونامۆیی ناکـەن ،بـەڵام گەنجـەکان لەگـەڵ ئـەوەی لـەڕووی بایالۆجیوفسیۆلۆجیەوە لەم تەمەنەدا هەڵچوون و بڕیارەکان کتوپڕ زیاتر لـەبارە هـەر لـەم تەمەنـەدا ڕووبـەڕوی ژیـانێکی ئـالۆز دەبێتـەوە لەزۆربـەی حـەزوئارەزووەکنی هـەلی بـۆ نارەخـسێنێ بـەدی بهێنـێ کەواتـە لەهـەموو تەمەنیکدا ڕوودەدات کە ترسناکترین قۆناغ بریتییە لە قۆنـاغی هـەرزەکاری سەرەتای و لاویتی. ئەمەش ڕاستی گریمانەی یەك دەردەخات کە تاکو تەمەن کەمتر بێت ڕێژەی سووتان وخۆسوتاند زیاد دەکات.

خشتەی ٢ شوێنی نیشتەجێبوونی گروپەکە دەردەخات

تەمەن	ژمارە	ڕێژە
شار	154	60%
قەزا	45	17%
ناحیە	40	15%
لادێ	21	8%
کـۆی گشتی	260	100%

بەپێی شوێنی نیـشتەجێبوونی گروپەکە دەریـدەخات کـە زۆرتـرین ژمـارە لـەنێو شـارەکاندا کۆدەبنـەوە (١٥٤) کـەس واتـە (٦٠٪) ، کـەمترینیان لـە لادێکانـدا (٢١) کەس بەڕێـژەی (٩٪). ئـەوەی جێـی سـەرنجە کـە زۆرتـرین ڕێـژە بـەپێی ناوچـەی جـوگرافی شـوێنی نیـشتەجێبونیان لـە نێـو شـارەکاندا کۆبونەتـەوە کەواتـە جگـە لەجـەنجاڵی

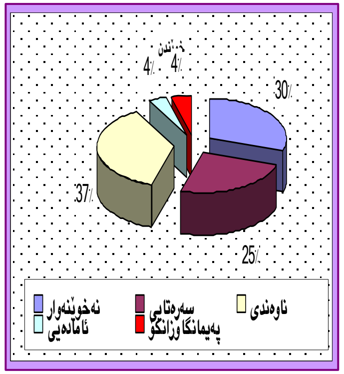


دانیـشتوان لەشـاردا وە کرانـەوەی شار بـەدونیای دەرەوەدا بەشـێوەیەکی زۆر خێرا تیدەپەڕێت بۆتەهۆی ئەوەی جیاوازییەك لە نێوان شێوازوداب ونەریتی کۆمەڵایـەتی دەکەوێـتە نیوانیـان بـەهۆی ئـەو گۆڕانکارییانـەی کـە لـەناو شـارەکاندا ڕوودەدات و بـەناوی گـۆڕانی سـەردەمەوە پێناسـە دەکرێت هاتنـە نـاوەوەی تەکنـەلۆژیای پێـشکەوتوو وایکـردووە توانـای جیاکردنـەوەی حەقیقەت وخـەیاڵیان نـامێنێ. شـێوازی ژیـان لەشـاردا ڕوو لەئاڵۆزییـە و تـاك بەشێوەیەکی خێرا ماندو دەبن و لەڕووی جەستەیی و دەروونیـەوە کاریگـەری سلبی هەیە وە هەروەها ژیانی شار ژیانێکی سەختە و ڕۆژانە پێویستی تـاك

بۆ تێرکردنی حەزوئارەزوەکانیو گۆڕانکاریوشتەکانی دەوربەری زیاد دەکات . لەهەمانکاتـدا گرانـی بەدەسـتهێنانی ئـەو پێویـستیانە لـەلای تـاك و کـەمی داهـاتی خێـزان بەتایبـەت داهـاتی ژن بـەهۆی زۆری ڕێـژەی نەخوێنـدەواری لـەنێو ژنانـدا، لەگـەڵ ئەوانـەدا بەبـەراورد بـە لادێکان ،شـار کـەمتر دەتـوانێ دەوروبـەر بناسـێت و پەیوەندییـە کۆمەڵایەتیـەکان کـەمترە واتـە پەیوەنـدی دراوسـێ کـەمتر بەخەڵکـەوەن وەك لـە لادێکـن بۆیـە زۆرجـار دراوسـێ و دەوروبەر کێشەکان بۆ خێزان دروست دەکەن و دەستێوەردانی کەسانیتر لە دەرەوەی خێـزان بـۆ چارەسـەرکردنی گرفتوکێـشەکان دەبێتـەهۆی زیـاتر گەورەکردنو ئاڵۆزکردنی ڕێگاکانیچارەسەریکێشەکان چونکە وا دەکـات ئـەو کەسەی رووبەڕوی گرفتو قەیران بۆتەوە نەتوانێت بەشێوەیەکی گونجاو بیر لە ڕێگەی چارەسەر بکاتـەوەو بڕیارەکـانی بەشـێوەیەکی وەرگیراو دەبێـت وە نەبوونی کەسێکی متمانـە پێکـراو کـە پاڵپـشتی لـە کێشەکەی بکات لـە نێـو ئەندامانی خێزان دا هۆکاێکیترە بـۆ بڕیـاردانی بـە پەلـە هەندێجارپاڵپـشتی دەکرێت لەلایەن ئەندامێکی خێزانەوە بەڵام ئەو کەسەش تەنیا دەتوانێ گوێ بگرێـتو دڵنـەوایی دەکـات. بەهـەمان شـێوە لـەدوای شـارەکان بـەپێی دیموگرافیای دانیشتوان ئەم ڕێژەیە لە قەزاو ناحیەکان لەیەکەوە نزیکە کـە زیاتر هۆکارەکانی بۆ شێوەی نیشتەجێبوون،ژمارەی ئەندامانی خێزان، بـاری ئابووری خێزان، هۆکاری بۆماوەیی دەگەڕێتەوە.

خشتەی ٣   ئاستی خوێندنی گروپەکە دەردەخات

ئاستی خوێندن	ژمارە	ڕێژە
نەخوێنەوار	77	30%
سەرەتایی	65	25%
ناوەندی	97	37%
ئامادەیی	10	4%
پەیمانگاوزانکۆ	11	4%
کۆی گشتی	260	100%

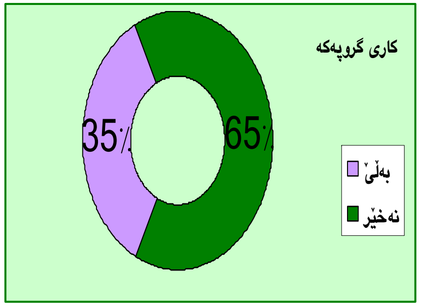


بەپێی ئاسـتی خوێنـدن دەرکـەوتووە زۆرتـرینیـان بەڕێـژەی (٣٧٪) بریتـی یـە لـە (٩٧) کـەس پلـەی خوێنـدنیان ناوەندییـــە ، کـــەمترینیان پلـــەی خوێنـــدنیان لەئاســـتی پـــەیمانگاو زانکۆدایـە بەڕێـژەی (٤٪). هـەر بـەو پێیەش ناکرێت بووترێت تەنها لەنێو نەخوێندەواردا ئەم حاڵەتە ڕوودەدات بەڵکو کەسانی جیاجیا دەگرێتەوە لەپلەو ئاستی رۆشنبیری جیاوازدا هەر لـە نەخوێنـدەوارەوە تـاکو پلـەی ئاسـتی خوێنـدەواری بـەرزی پـەیمانگاو زانکـۆ، بەڵام ڕێژەی زۆری لەنێو ئەوانەدا ڕوودەدات کە ئاستی رۆشـنبیرییان کەمـەو ئاسـتی بیرکردنـەوەیان نزمـە بـۆ چارەسـەرکردنی گرفتوکێـشەکانیان وە

لەبڕیارداندا بەشێوەی کتوپڕ پەنا دەبەنە بەر خۆسوتاندنو بیر لەختەریو ئاکامە خراپەکانی دوای خۆسوتاندن ناکەنەوە تەنها ئەوەندە دەزانن کە ناتوانن ئەو کێشەیە چارەسەر بکەنو ژیانیان لێ بۆتە دۆزەخ و ڕەشبینانە دەڕواننە سەرچاوەکانی پاڵپشت بۆ چاککردنی بارودۆخی ژیانیو متمانەو بڕوا بەخۆبونیان لەلا کەم دەبێتەوەوهەروەها بەکەسانی دەوروبەر ئەمەش زیاتر بەهۆی بنیاتنانی کەسێتیو ژینگە دەروونیەکەی کە تیایدا دەژی دەگۆڕێت بۆیە پەنا بردن بۆ خۆسوتاندنو هەڵبژاردی ئاگر بۆ مەرگ زۆرجار پەیوەندی بە باری ئابووریو ئاستی خوێندنو بڕوانامە نیە.

خشتەی ٤ پیشەی گروپەکە دەردەخات

کاردەکەیت	ژمارە	ڕێژە
بەڵێ	92	35%
نەخێر	168	65%
کۆیگشتی	260	100%

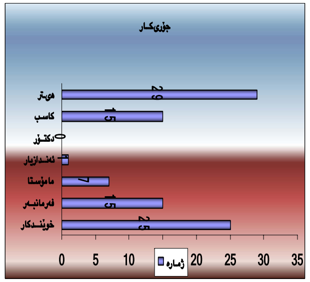


لەڕووی جۆری کارکردنو باری کۆمەڵایەتیەوە ، ئەوانەی کاردەکەن (٩٢) کەسن بەڕێژەی (٣٥٪)، وە ئەوانەن کارناکەن (١٦٨) کەس بەڕێژەی (٪ ٦٥). . ئەوەی جێی سەرنجە کە زۆرترین ڕێژە بریتییە لەو کەسانەی کە کارناکەن ڕووبەڕوی سوتان بونەتەوە ، ئەمەش دەریدەخات ئێستاش لەنێو شارەکاندا ژمارەیەکی زۆر لەگەنجان لە خوێندن دابڕاون و تەنها کاریان نێو ماڵەکانە لە چوارچێوەیەکی داخراودان کەمتر تێکەڵ بە کۆمەڵ دەبن و پەیوەندییە کۆمەڵایەتیەکان لەم ناوەندەدا کەم دەبێتەوە تەنها پابەند دەبن بە کلتورونەریتی خزمایەتی جێبەجێدەکەنو پەیوەندییان لەدەرەوەی ئەو بازنە داخراوەدا دەخولێتەوەو تەنها خۆشیەکانی ژیان لەپەنجەرەیکی بچووکی ماڵەکەیاندا دەبینن چونکە ئەو لەژینگەیەکی خێزانیو کۆمەڵایەتی وا دا دەژی کە ناتوانێ و نازانێ بەتەنهابچێتە بازار بۆ کڕینی پێویستیەکانیو بۆیە زۆرجار لەلایەن کەسانی ترەوە حەزو ئارەزووەکانی بۆ دەستنیشان کراوەو پێویستە ڕازی بێت بەو جۆرە هەڵبژاردنو دیاریکردنەی

کە لەلایەن خێزانەوە بۆی دابین دەکرێت واتە بوونی باوکسالاری لە کۆمەڵگەی ئێمەدا تا ئێستاش بۆتە هۆی ئەوەی مرۆڤەکان خاوەن متمانە نین بەخۆیانو پشت بەخۆیان نابەستن بەڵکو مرۆڤێکی ئاراستەکراوە.

خشتەی ٥ جۆری کاری گروپەکە

ڕێژە	ژمارە	جۆری‌کار
27%	25	خوێندکار
16%	15	فەرمانبەر
7%	7	مامۆستا
1%	1	ئەندازیار
0%	0	دکتۆر
17%	15	کاسب
32%	29	هی‌تر
100%	92	کۆی‌گشتی



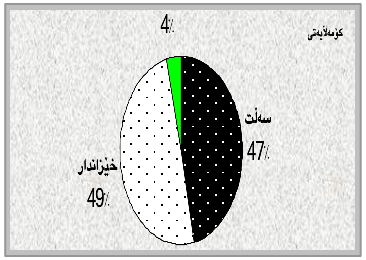
زۆرترین ئەو کەسانە جۆری کارەکەیان دیاری نەکردووە بەڕێژەی(٪٣٢)بەدوایدا خوێندکاران بەڕێژەی (٪٢٧). لەمەشەوە دەرکەوتووە کە زۆرترین ئەوکەسانەی کە ڕووبەڕوی سووتان دەبنەوە ئەوانەن کە تەمەنیان کەمەو ئاستی خوێندەوارییان لە پلەیەکی کەمدایە وە زۆرترینیان خوێندکارن دەگەینە ئەو ئەنجامەی کە ئەو کەسانە لەڕووی تێگەیشتنو کامڵبوونی جەستەییو فیکریو ڕۆشنیری لەئاستی نزمدان وەك لەخشتەی ٣ دا ئاماژەمان پێدا. ئەمەش چەند هۆکارێکی لە پشتە لەوانە نزمیوخراپی ئابوری کە وا دەکات هەستکردن بە خۆبەکەمزانینین هەبێت لەکاتی

پۆشینی پۆشاكو پێوستەیەکانی بەرامبەری بەبەراورد بەخۆی کە هاوتەمەنن وەکو پێویست پێداویستیەکانی ۆ دابین نەکراوە ، وە لەڕووی دەروونیەوە دەریدەخات کە مرۆڤ لەم قۆناغەی خوێندندا خاوەنی خولیاو ئاواتی تایبەتی خۆیانو لە دنیای فەنتازیادان هەر لەهەڵبژاردنی هاوڕێ، بەکارهێنانی مۆبایل،وهۆکارە ساکارەکانی تری ژیان بێ بەش دەبن کە لەخوێندن دادەبڕێنو دەکەونە پرۆسەی سەختی هاوسەرگیری، ئەوانە لەگەڵ باوكو برایەکی تورەدا مامەڵە دەکەن، بەهۆی کەمی ئاستی هۆشیارییەوە وا دەکات نەتوانن بەشێوەیەکی جوان بیر لە ژیان بکەنەوە بەتایبەتی کە هیچ هەستێکی مرۆیی و خۆشەویستیو ئازادی لە هەڵبژاردن دا تیا نەبێت دەرئەنجام بە کارەسات ڕوودەدات.

خشتەی ٦ باری کۆمەڵایەتی گروپەکە دەردەخات

باریکۆمەڵایەتی	ژمارە	ڕێژە
سەڵت	121	47%
خێزاندار	129	49%
بێوەژن	10	4%
کۆی گشتی	260	100%

خێزاندار ،سەڵت، بێوەژن(١٠،١٢١،١٢٩) بەڕێژەی (٪.49 ، ٪47،٪4). لێرەدا



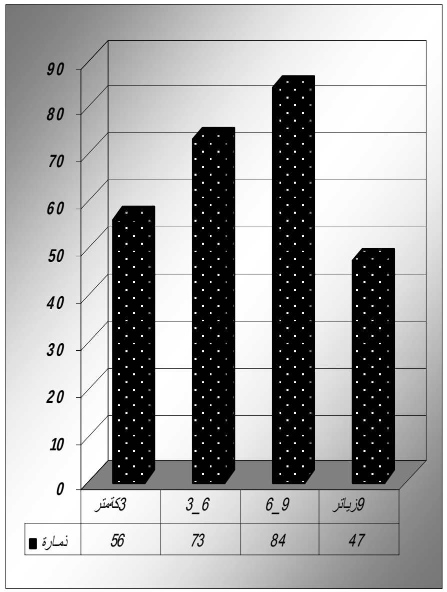
ئەوە دەردەخات ڕووداوی سووتاوی لە خێزاندا زیاتر ڕوودەدات وەك لەسەڵت ئەمەش بۆ دوو بنەمای سەرەکی دەگەڕێتەوە یەکێکیان ئەوەیە لە خێزان دا کەمتر سەڵت کاری نێو ماڵ ئەکات بەتایبەت ئەو شتانەی پەیوەندی بە نەوتو بەنزینەو هیە وەك (پەرمێز داگیرساندن، بەنزین بەکارهێنان بۆ موەلیدە ، نەوت بەکارهێنان بۆ تەباخو زۆپا...هتد) واتە بەکارهێنانی سووتەمەنی بۆ ئامێرەکانی ناو ماڵ. ئەمەیان لەخۆوە سووتان دەگرێتەوە، وە ئەوی تریان ئەوەیە وەك تێبینی کراوە ئەوانەی خۆیان دەسوتێنن کە لەم گروپەدا (٥٣)کەسن ئەوانەی سەڵتن بریتیە لە (٣٦) کەس،خێزاندار(١٩)کەسن واتە زیاتر گەنجو سەڵتو خوێندکارن کە خۆیان سووتاندووە ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ پەیوەندییەکانی نێوان ئەندامانی خێزان بەشێوەیەکی لاوازەو ناتەبان کەواتە لەتاکی سەڵت دا زیاترە وەك لەخاوەن خێزان بەهۆی ناسەقامگیری ژیانی تاکە کەس لە نێو خێزاندا لەمەشەوە ئەوەمان بۆدەردەکەوێت تاکەکانی نێو خێزان لە دوو

خولگەوتەوەرەی جیاوازدا بەچواردەوری بازنەیەکی داخراودا دەخولێنەوە کە هەردوو تەوەرەکە لەژێر چاودێری ئەندامانی خێزان دا خۆی دەبینێتەوە یەکێکیان ئەوەیە کە دورخستنەوەی گەنجو سەڵتەکانی خێزانە لە لایەنی شەڕی ئاگرو هەر لەمنداڵیەوە وا فێرکراوە کە نزیك کەوتنەوە لەئاگر بقەو خراپە تەنها نابێتە هۆی شێواندنی جەستە بەڵکو ئابڕووی خێزان ناهێڵێ چونکە کۆمەڵگەکەمان ئەگەر ئەو کەسە بەتایبەت ژنان ڕووبەڕوی سوتان ببنەوە بەشێوەی تر باسی دەکەن کە خۆی سووتاندوە بۆیە ناهێڵن بە هیچ شێوەیەك کاری سووتەمەنی بەکارهێنان بۆ ئامێرەکانی ناو ماڵ ئەنجام بدەن، وە لەلایەکی ترەوە ئەو گەنجانەی پەنا دەبەنە بەر ئاگر بۆ هەڵبژاردنی مەرگ لەبەرئەوەی لەقۆناغی منالیدا نزیك کەوتنەوە لەئاگر قەدەغەکراوە بۆیە دەیانەوێت ئەم قەدەغەکردنە کە بەهۆی خراپیو شەڕی ئاگر سنوری بۆدانراوە دەیەوێت لەو فەرمانە دەردەچێتو سنورە قەدەغەکراوەکان کەیەکەم شت نزیك بونەوەیە لەئاگر نەهێڵێتو لایەنی خێری ئاگر کەبەبڕوای ئەو ڕزگارکردنە لەو ژیانەی کە هیچ مانایەکی خێروخۆشی بۆ نەهێشتۆتەوە وەك تاکێکی ناو کۆمەڵگە ناتوانێ مومارەسەی حەزو ئارەزووەکانی بکات. دەبینین ڕێژەی کەسی خۆسوتێن لەسەڵتو خێزاندارا دەردەکەوێت، کەمتر ژنێك خۆی دەسوتێنی کە بێوەژنەو دەسەڵاتی پیاوی بەسەرەوە نیە تەنها لەبارێکدا نەبێت کە کوڕی گەورەی هەیەو دەیەوێت خۆی هەموو شتێك بێت لەنێوماڵ.بەبەراورد بە سەڵت کە ئەندامی خێزانێکەو لەژێرکاریگەری باوكوبرای گەورەدا دەچەوسێتەوە یان ژنێك کە خێزاندارەو لەژێر دەسەڵاتی پیاودایە.

خشتەی ٧ ژمارەی ئەندامانی خێزان دەردەخات

ژمارەیخێزان	ژمارە	ڕێژە
3کەمتر	56	22%
٣-٦	73	28%
٦-٩	84	32%
9زیاتر	47	18%
کۆی گشتی	260	100%

سەبارەت بەئەندامانی خێزان لە گروپەکەدا ئەوەمان بۆ ڕوون دەبێتەوە کە زۆربەی ئەوانەی تووشی حاڵەتی سووتان بوون لە خێزانێکدا گەورەو پەروەردە بوون کە ژمارەیەکی زۆری تر منالّی تری تێدایە کە ژمارەیان لەنێوان (٦-٩) کەسن کەواتە ژمارەی ئەندامانی خێزان زۆرە لەنێوان ئەوانەدا کە سووتاون بۆیە کێشە کۆمەلایەتیوئابووری وەگرفتە دەروونیەکان

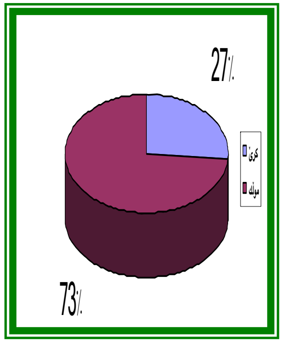


زیاتر دەبێ چونکە دابین کردنی ژیانێکی باش بۆ ئەندامانی خێزانەکە

کەمترە. هەموو ئەمانەش دەبێتە هۆی سەرچاوەی سەرهەڵدانی دیاردەی خۆسوتاندن وەك تێبینی کراوە زۆرینەی ئەوانەی خۆیان سووتاندوە کە لە خشتەی (٦) دا باسکرا سەڵتو خێزاندارن، لەخێزانێکدا دەژین کە ژمارەیان لە (٦-٩) کەسن لەگەڵ ئەوەی لێکۆڵینەوەکان دەریانخستووە خۆکوشتنو خۆسوتاندن لە ڕەبەن دا زیاترە وەك لە خێزاندار بەهۆی سەقامگیری لایەنی خێزانی بەلاّم زۆری ژمارەی خێزان لێرەدا هۆکارە بۆ هەلّوەشانەوەی خێزانو لەناوچوونی ئەندامەکانی ئەمەش ڕەنگە بەهۆی ئەوەی باوكودایك ناتوانن بەشێوەیەکی دروست هەموو منالّەکان پەروەردە بکەنو پێویستیەکانیان بۆ دابین بکەن ،کەسانیتر دەستێوەردانیان دەبێت. کەواتە(گریمانەی ٧) لە لێکۆڵینەوەکە ڕاستە ،تاکو ژمارەی ئەندامانی خێزان زۆر بێت ئەگەری حالّەتی سووتان زۆر دەبێت.

خشتەی ٨ شێوەی نیشتەجێبوون

ڕێژە	ژمارە	نیشتەجێبوون
27%	69	کرێ
73%	191	موڵك
100%	260	کۆی گشتی

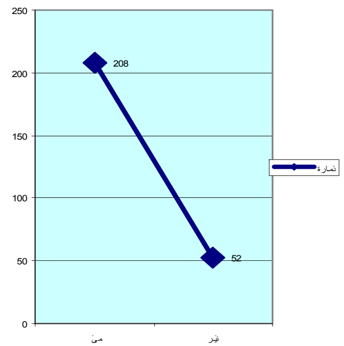


شێوەی نیشتەجێبوون بریتیە لە کرێ(٦٩) بەرێـــژەی (٢٧٪) وە موڵـك (١٩١) بەرێــژەی (٧٣٪) ، زۆرترین ژمارەی ئەندامانی خێزان لــە گروپــدا بریتییــە لــە (٦_٩) کــەس بەرێـــــــژەی (٪ ٣٢) ، وەك لای خۆمـــــان تۆمـارکراوە ئەوانــەن نیـشتەجێی گەرەکە میللـیو هــەژار نــشینەکانن،دیارە ئێــستا بەهۆی باری ئابووری بەشێکی زۆر لەچینی ناوەند لەم شوێنانەدا نیشتەجێبوون ئەوەتا لە ئامارەکەدا دەریدەخات تـەنها (٦٩) کەسـیان لەشـێوەی کـرێ دا بەرێـژەی (٢٧٪) وە زۆرترینیـان کـە (٧٣٪) موڵکە لەگەڵ ئەوەشدا هەندێك لەوانەی کە خانووی موڵکیان هەیە وەکو لـە کۆمەڵگــەی ئێمــەدا بــاو بــووە وسروشــتی ژیــانی هاوســەرێتی زۆربــەی کۆمەڵگاکـەمان بـەهۆی کەمدەرامـەتیو گرانـی خـانوو بـەکرێ گـرتن واتـە نەوونی ماڵی جیاوە وایکـرووە ڕێگر بێت لەسـەربەخۆ بوونیـانو بۆتـەهۆی دەستێوەردانی کەسانی تر بۆ نیۆژیانیان تا ئێستاش بەردەوامە دوو خێزان یا سێ خێزان لەماڵێك دا پێکەوە دەژین وەك لەگەڵ ماڵە خەزوران ئیتر (دایکی کوڕ،بـاوکی کوڕ،دایكوخوشـکی کوڕ،دایـكوبرای کـوڕ وە یـاخود دایـكو براوخوشکی کوڕ)پێکەوە دەژین لەیەك خانوودا کە لە کوردەواریدا دەوترێت لەسەر ماڵە واتە سەربەخۆ نین لە ژیانی خێزان دا.

خشتەی ٩ ڕەگەزی نموونەکە دەردەخات

ڕێژە	ژمارە	ڕەگەزیئەوانەیسووتاون
80%	٢٠٧	مێ
20%	٥٣	نێر
100%	260	کۆی گشتی

ئەو کەسانەی ڕووبەڕوی سووتان بونەتەوە ڕەگەزی مـێ (٢٠٧) بەرێـژەی (٪ ٨٠) ، ڕەگەزی نێر (٥٣) بەرێژەی (٪ ٢٠) واتە بەرێژەیەکی فـراوان حاڵەتی سووتان لـە نێـو ڕەگـەزی مـــێ بەدیـــدەکرێت ئەمـــەش دەکرێـت هـەموو ئەوهۆکارانـەی کــە پێــشتر باســی لێــوەکراون ڕێخۆشکەربێ بۆ ئەوەی ئافرەتـان زۆرتـــــر پەنابەرنـــــە بـــــەر خۆسوتاندنو ڕووبـەڕوی سـووتان

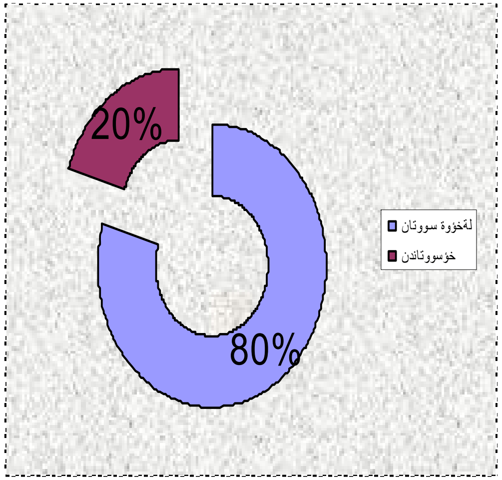


ببنـەوە لەچـاو ڕەگـەزی نێـردا وە بـەکارهێنانی سـوتەمەنی زیـاتر لەلایـەن ڕەگەزی ژنەوە بەکاردێت بەپێچەوانەوە پیاوان تەنها وەك کارێـكو پیشە بـۆ بژێوی ژیان مامەڵەی لەگـەڵ دا دەکەن وەك لـە گروپـەدا دەرکـەوتووە هـەر بـەپێی ئـەم ڕێژەیـە ژنـان چـوار ئەوەنـدە بەقـەد پیـاوان تووشـی ڕوودانـی سـووتان دەبـن دیـاردەی سـووتان لەکۆمەڵگەیەکـەوە بـۆ کۆمەڵگەیـەکی تـر بــەپێی فەرهـــەنگی سیاســیوکۆمەڵایەتیو ئــابوری ڕێژەکــەی دەگۆڕێــت .مامەڵـەکردنی ژنـان لـەکاری ڕۆژانـەدا بـەزۆری کـە دەبێتـە هـۆی لـەخۆوە سوتانو خۆسوتاندنیش لەیەك ژینگـەدا ڕوودەدات ئـەویش نێـو ماڵەکەیـەتی

بەپێچەوانەی پیاوان لەخۆوە سووتان لەدەرەوەی ماڵ ڕوودەدات .

خشتەی ١٠   چۆنیەتی ڕوودانی سووتاندنەکە دەردەخات

سووتان	ژمارە	ڕێژە
لەخۆوەسووتان	207	79%
خۆسووتاندن	53	21%
کۆی گشتی	260	100%



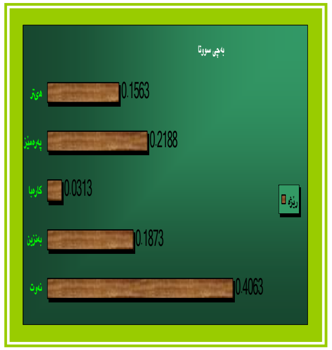
وە چۆنیەتی سووتاندنەکە بەشێوەی لەخۆوە سووتان (٪ ٧٩) وە خۆسووتاندن بەرێژەی (٢١٪) ئەمەش ئەوە دەردەخات کە هەموو ژمارەکە خۆسوتاندن نیە، بەڵکو حاڵەتی ترەو ڕووداوی کارکردنو ڕۆژانەش تێدایە. لە ژمارەی (٥٣) کەس کە خۆیان سووتاندوە تەنها (٣) کەس لەڕەگەزی نێرە، (٥٠) کەسیان ڕەگەزی مێیە. جارێکی تر ئەوەمان بۆ دەردەکەوێت ژمارەی ڕەگەزی مێ زیاترە لە ڕەگەزی نێر کە خۆیان سووتاندوە لەگەڵ ئەمەشدا هەر ڕەگەزی مێیە ڕووبەڕووی حاڵەتەکانی سووتان دەبنەوە لە کاری ڕۆژانەدا بە بەراورد لەڕەگەزی نێر

کە ئەوان بەهۆی جۆری کارەکەیان لەدەرەوەی ماڵ بژێوی پەیدا کردن ڕووبەڕوی سوتان بونەتەوە. واتە شکستو نائومێدی بەشێکە لە ژیانی ڕۆژانەی ژن لەنێو خێزانەکاندا کە کراونەتە پاشکۆ وە ئەم نا ئومیدییە بۆ منداڵان دەگوێزرێتەوە وەك لەرێژەکەیخشتەی (٦)دا دەرکەوتووە کەم نین ئەو کەسانەی کە کە ڕووبەڕووی سووتان بونەتەوە سەڵتن‌و لەخێزانێکدا دەژین پاشکۆی باوك‌و بران . گرنگە لێرەدا باس لەوە بکەین کە زۆرێك لەژنان کە خۆیان دەسوتێنن ناتوانن ڕاستی ڕوودانی سووتانەکە باس بکەن ئەمەش لەبەر ئەوەی نەوەك کێشە بۆ خێزانەکەی زیاد بکات یان لەبەر خاتری مناڵەکانی‌و دواتر لەبەر ناموس‌وشەرەفی خێزان کە لەکۆمەڵگەی کوردیدا گرنگی زۆری پێدەدرێت وە یاخود لەژێر کاریگەری هەڕەشەکردن دا ناتوانن ڕاستی بدرکێنن چونکە ئەم کەسە پێشتر پاڵپشتێکی نەبووە ئستا لەدوای ئەو ڕووداوە بارودۆخەکە خراپتر دەبێت کەوا دەکات ئەوەندەی تر سەری خۆیان کز بکەن‌و بێدەنگ بن تاکو باوك‌وبرا چارەنوسی ژیانیان بۆ دابین بکەن لەدوای خۆسوتاندن ئەمەش لەکاتی پڕکردنەوەی فۆرمەکان‌و چاوپێکەوتنەکاندا بۆمان دەرکەوت کە (٣)کەس خۆیان نایانووت کە خۆیان سووتاندوە ئەیان ووت قەزاوقەدەربوو بەڵام لەرێگەی کەسی نزیکیەوە باسیان لەچۆنیەتی ڕوودانی سووتانەکە کرد و دەیانووت خۆی سووتاندووە یا هەندێکیان دەیان ووت بەهیچ شێوەیەك وەڵامی هیچ پرسیارێك نادەمەوە ئەگەر نزیك ببنەوە قسەی ناشرینتان پێدەڵێم‌و تفتان لێ دەکەم! ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆئەوەی لەگەڵ ئەوەی باری دەروونی تێك دەچێت ولەهەمان کاتدا کەس نەیتوانیوە چارەسەری کێشەکەی بکات پێشتر ئێستا ڕقی لەهەموو کەس دەبێتەوە ئەگەر بیانەوێت هاوکاری بکەن .

بەهۆی چیەوە سووتا خشتەی١٠-١

بەچیسوتا	ژمارە	ڕێژە
نەوت	109	%٤٢
بەنزین	50	%١٩
کارەبا	6	2.50%
غاز	19	7%
تەقینەوە	7	3.5%
هیتر	69	26%
کۆیگشتی	260	100%

ژمارەی ئەوانەی بەنەوت سووتاون بریتییە لە (١٠٩)کەس بەرێژەی (٪ ٤٢)،

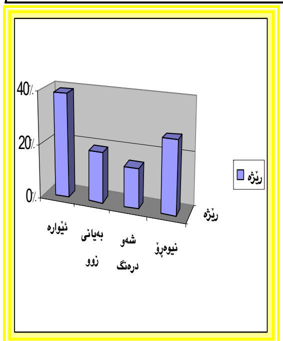


بەنزین (٥٠)کەس بەرێژەی (٪ ١٩) ، غاز (١٩) بەرێژەی (٪ ٧) ، تەقینەوە (٧) بەرێژەی (٣,٥٪)، کارەبا(٦) بەرێژەی (٢,٥٪) وە هیتر بەرێژەی (٢٦٪).وە ئاسانترین شت کە لەبەر دەستدا بووە بریتییە لە بەکارهێنانی نەوت، وە ئامآژەش بەوە دەدات کە هەندێکیان لە ئەنجامی سەرقاڵیو نەبوونی شارەزایی لە چۆنیەتی بەکارهێنانی نەوت، تووشی حاڵەتی سووتان بوون، بەتایبەتی لەکاتی نەوت و بەنزین بەکارهێنان بۆ (تەباخ،پەرەمێز،مۆولیدەو شتەکانی تر)، یاخود جۆری کارەکەیان ئەم دوو ماددەیە. کە دەبێتە هۆی شێواندنی دەمو چاو جەستەو ناشرین بوونی

بەچەندین نەشتەرگەری چاك نابێتەوەو ناچێتەوە شێوەی پێشوتری کەزۆرترینیان بەنەوت یان بەنزین خۆیان دەسوتێنن. بۆیە دەتوانرێت بوترێت سوتاندن بێ هیچ پلانێکی پێشوترەو بەهۆی هەڵچونی دەروونی کوتوپڕەو توشبوونی بەحاڵەتێکی نامۆبوون لە ژیاندایە کە ژن یا کچ یا ئەو مرۆڤە خۆی بە پلەی یەکەم کاریگەری وزیانەکانی سوتان لە ڕووی دەروونی وجەستەییەوە بە جێدەهیڵێت. لێرەدا دەبینین گریمانەی (٨) ڕاستیەکی حاشا هەڵنەگرەو زۆرترین حاڵەتەکانی سووتانو خۆسووتان بە بەکارهێنانی نەوت بووە.

کاتی ڕوودانی سووتاندنەکە خشتەی ١٠-٢

کاتیسوتانەکە	ژمارە	ڕێژە
ئێوارە	105	39%
بەیانی زوو	48	19%
شەو درەنگ	38	15%
نیوەڕۆ	69	27%
کۆی گشتی	260	100%



زۆرترین کاتی ڕوودانی سووتانەکە ئێواران بەرێژەی (٣٩٪) ، کەمترین ڕێژە بە ڕێژەی (٪ ١٥) شەو درەنگ سووتاون دەریدەخات، ئێواران لەکاتی بەکارهێنانی سووتەمەنی بۆ (تەباخ، پەرمێز،زۆپا، مولیدە)تووشی ڕوودای سووتان بونەتەوە، لەهەمان کاتدا وەك تێبینی کراوە ئەوانەی خۆیان

سووتاندووه زیاتر له بهیانی زووشهو درهنگ دا بووه که کاتێکی هێمنوئارامهو دووربهر بێئاگا دهبن، وه تاریکه دهیانهوێت کێشهکانی رۆژ له تاریکی شهودا چارهسهر بکهنو لهگهڵ هاتنی رۆژێکی نوێدا کێشهکانیان چارهسهر کردبێ چونکه نازانن لهگهڵ کێشه رۆحیودهروونیهکان دا کێشهی شێواندنو ئازاری جهستهش زیاد دهکات بهم کارهی ئهنجامیان داوه .

پهشیمان نیت که خۆت سووتاندووه ؟ خشتهی ١٠_٣

پهشیمانی	ژماره	رێژه
بهڵێ	26	49%
نهخێر	27	51%
کۆی گشتی	53	100%

لهوهڵامی ئایا ئهو کهسانهی که خۆیان سووتاندوه پهشیمانن یاخود نا ئێستاش ئهیانهوێت له ژیان نهجاتیان بێت بهم شێوهیهیه (٢٦) کهسیان پهشیمانن بهرێژهی (٪ ٤٩) یهکسهر دوای خۆسوتاندن پهشیمان بونهتهوه، (٢٧) کهسیان پهشیمان نین بهرێژهی (٪ ٥١) . دهبینین رێژهی ٤٩٪ پهشیمانه لهخۆسووتاندن چونکه دوای خۆسووتاندن ئازاری سووتان ههست پێدهکات که برینی قوڵهوسووتان گهیشتۆته سهر ئێسقانیو ئهو حاڵهته دهروونیه کتوپڕهی که بڕیاری خۆسوتاندنی تێداوه لهدوای سووتان کاریگهرییه سلبیهکانی دهبینێتو ههست دهکات چ ههڵهیهکی گهورهی کردووه لهبری ڕزگار بوون لهژیان ئێستا جگه لهوهی جهستهودهروونی دشێوێتو خرایه لهههمان کاتدا دهبێتهی هۆی دابڕان لهکۆمهڵ. دێته هۆش خۆی که ههڵهیهکی کوشندهی کردووه لهبهر ههڵهیهك لهلایهن دووروبهرهوه ئهم گهورهترین توندوتیژی بهرانبهر به خودی خۆی کردووه که رووخسارو جهستهشی شێواندووه وه یاخود بهپێی چاوپێکهوتنهکان که دهوترێت پهشیمانه چونکه نهیویستووه بسوتێت بهڵکو تهنها ویستوویهتی ماڵی

خهزورانیو هاوسهرهکهیو دهوروبهر بترسێنێت وابکات سۆزو خۆشهویستی بگهڕێنێتهوه بهڵام لهم کاتهدا ئهوانه زۆر دڵڕهقانه ووتویانه چاوت دهرێ خۆت بسوتێنه! ئهمیش بۆ پیشاندانی سووربونی لهسهر بڕیارهکه خۆی سووتاندووه. وه لێرهشدا ئهوهمان بۆ دهردهکهوێت که ٥١٪ پهشیمان نین لهم بڕیارهی که پێشتر داویانه بۆ خۆسوتاندن ئهوهتا لهدوای خۆسوتاندنهکهش بهو ئێشو ئازارهوه که جهستهی گرتۆتهوه که لهچاوپێکهوتنهکاندا باسی ئهوه دهکهن و ئهیانووت ئهوه ئهڵێیت چی ئێستاش خواخوامه نهجاتم بێتو ههر ئاگره فریامان ئهکهوێت ئهمهش وهك لهپێشتردا باسمان کرد دهگهڕێتهوه بۆئهوهی که ههست دهکات توانیویهتی ئاگر لهخاوهنهکهی وهربگرێتهوهو بهخێروشهڕهوه ئاگری پێ باشه، چونکه پێشتر ههمووڕۆژێکی مردن بووهو ئێستا نهجاتی ئهبێت لهم ژیانودنیایه

پهشیمان نیت که خۆت سووتاندووه ؟ خشتهی ١٠_٤

بۆچی پهشیمان نیت	ژماره	رێژه
بهئارهزووی خۆم بووه	3	11%
خهتای خۆم بوو	1	3%
بۆئهوهی نهجاتم بێت	5	19%
ههموو رۆژێکم مردن بووبۆئهوهیبمرم	10	37%
لهبهرئهوهی ئازاروتوندوتیژی ههبوو	2	8%
بێزارو بێهیوا بووم لهژیان	6	22%
کۆی گشتی	27	100%

خشتهی (١٠-٤) لهم خشتهی خوارهوهدا رێژهی پهشیمان نهبونیان دیاری دهکرێت که بۆچی پهشیمان نینبۆچی پهشیمان نیت لهوهی که خۆت

سووتاندووه لەوەڵامی ئەم پرسیارەدا دەردەکەوێت ئەوانەی کە پەشیمان نین لەوەی کە خۆیان سووتاندووە دەڵێن چونکە بەئارەزووی خۆم بووە بەڕێژەی (١١٪)، خەتای خۆم بووە بەڕێژەی (٪ ٣)، بۆئەوەی نەجاتم ببێت بەڕێژەی (١٩٪)، هەموو رۆژێکم مردن بوو بۆئەوەی بمرم بەڕێژەی (٪ ٣٧)، لەبەرئەوەی ئازاروتوندوتیژی هەبوو بەڕێژەی (٪ ٨)، بێزارو بێهیوابوون لەژیان بەڕێژەی (٪ ٢٢) تەنها ڕێژەی (١١٪،٣٪) دەڵێن بەئارەزووی خۆمانو خەتای خۆمان بوو واتە هۆکارەکە دەگەڕێننەوە بۆخۆیان ئیدی ئەوانی تر کەسانی تر پاڵنەر بوونو یا ناچار کراون کە ئەم ڕێگەیە هەڵبژێرن یا هەڕەشەیان لێکراوە کە دەبێت بیانکوژن ئەمانە بونەتە هۆکاروپاڵنەر بۆ پەنا بردن بۆ ئاگرو خۆسوتاندن واتە کەسانێك کە سەرچاوەی کێشەبوون بەرامبەری بەهۆی کێشەی خێزانیوئابوریو کۆمەڵایەتی.

خەتەرییەکانی دوای خۆسوتاندن چیە   خشتەی ١١

دوای خۆسوتاندن چی ڕوودەدات	ژمارە	ڕێژە
کێشەکان زیاد دەکات	63	24%
تێکچوونی جەستەیی	87	34%
تێکچوونی باری دەروونی	30	12%
دابڕان لە کۆمەڵ	80	30%
کۆی گشتی	260	100%

لەگەڵ ئەوەی خەتەری خۆسوتاندن تەنها بۆ ئەو کەسەیە کەخۆی دەسوتێنێت زۆرترینیان پێیان وایە دەبێتە هۆی تێکچوونی جەستەیی بەڕێژەی (٣٤٪)، دابڕان لە کۆمەڵ بەڕێژەی (٣٠٪)، تێکچوونی باری دەروونی بە ڕێژەی (٪ ١٢)، کێشەکانی زیاتر ئاڵۆز دەکات بەڕێژەی (٢٤٪) لەبەر ئەوەی چارەسەری کێشەکانی بۆ بکات. هەموو ئەمانەش دەبێتەهۆی

هەڵوەشاندنەوەی خێزان زیاتر بێدەسەڵاتی ژن بەرامبەر بە پیاو، وەئەوکەسە زیاتر متمانەی بەخۆی نامێنێت هەروەها بەدەوروبەرەوە خۆی بەکەمتر دەزانێت.

دەبینین راستی گریمانەی (٥) دەردەکەوێت کە ئەوانەی تووشی ڕووداوی سوتان دەبن کاریگەری دەبێت لەسەر تێکچوونی جەستەو بەدوایدا دابڕان

خشتەی (١٢) دوای چاکبونەوە نەشتەرگەری بۆ شوێنەواری سووتان دەکەیت

نەشتەرگەری جوانکاری دەکەن	ژمارە	ڕێژە
بەڵێ	١٧٣	%٦٦,٥
نەخێر	٢٩	11.2%
وەڵامیان نەداوەتەوە	٥٨	22.3%
کۆی گشتی	٢٦٠	100%

لەکۆمەڵ.

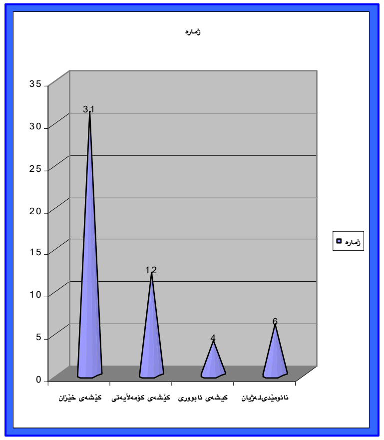
لەخشتەی (١٠-٣)دا دەرکەوتووە کە بەڕێژەی (٪ ٤٩) یەکسەر دوای خۆسوتاندن پەشیمان بونەتەوە دیارە ئەمەش بۆئەوە دەگەڕێتەوە جگە لەوەی ئازاری سووتان زۆرە شێوەو روخساری جەستەییان تێك چووەو پێویستیان بە نەشتەرگەری هەیە بۆشوێنەواری سوتاویەکە کەئەمەش لەڕووی ئابوریشەوە زۆری تێدەچێت، ئەو ژنانەی خۆیان دەسوتێنن وەك لە خشتەی (١١) دەرکەوتووە زۆرترینیان بەڕێژەی (٣٤٪) پێیان وایە خەتەرییەکانی دوای خۆسوتاندن دەبێتەهۆی تێکچوونی جەستەیی دەبنو وەك لەم خشتەیەدا دەرکەوتووە بەڕێژەی (٪ ٦٦,٥)پەنا بۆ نەشتەرگەری دەبەن کەئەمەش لەڕووی ماددییەوە زۆری دەوێتو ڕەنگە کۆمەڵێك

گرفتوكێشەی تـر دروست بكات كە لـەڕووی دەروونیـەوە كاریگـەری خـراپ دروسـت دەكـات ئەگـەر هـاتوو نـەیتوانی ئـەو نەشـتەرگەرییەی بۆبكـەن دەبێتەهۆی ئەوەی بەردەوام بیر لە هۆكاری سووتانەكەی بكاتـەوە هەنـدێجار وا دەكـات دووبـارە هـەوڵی خۆكوشـتن بـدەن و ئەگـەر پێـشتر بۆترسـاندنی دەوروبەر ئەم كارەی كرد بێت ئـەوا لـەم بـارەدا بۆتۆڵەكردنـەوە دەبێـت لـە دەوربەر وە هەندێجار كەسێكی شەرانگێزی لێدەردەچێت ئەگـەر یـەكێك لـە ئەندامەكانی جەستەی بەهۆی سووتانەكەوە لە دەست بدات . بۆیە پێویستە ئـاوڕی جـدی و بـوونی سـەنتەرێك بـۆ نەشـتەرگەری ئـەو كەسـانە لەلایـەن وەزارەتـی تەندروسـتی بخرێـە بەرنامـەو پلانـی تەندرسـتیەوە . ڕێـژەی ئەوانەی وەڵامیان نەداوەتەوە یان نایانـەوێت نەشـتەرگەری جوانكاری بكـەن دوای چاكبونەوە بریتیـیە لـە (٢٢،٣٪)،(١١،٣٩٪) لێـرەدا ناتوانرێت بووترێـ كە ئەوانەی خۆیان سووتاندووە هەموویان نەشتەرگەری دەكەن یا هەموویان نەشتەرگەری ناكەن چونكەهەندێكیان یەكسەر دوای خۆسـوتاندن پەشیمان بونەتـەوە و بـیر لـەوە دەكەنـەوە دوای چاكبونەوەیان نەشـتەرگەری بكـەن بەتایبـەت ئەوانـەی كـە بۆترسـاندنی دەوروبـەر پـەنایان بردۆتـە بـەر ئـاگر.بەپێـچەوانەشەوە ئەوانـەی پەشـیمان نـین لـەو بڕیـارەی كـە خۆیـان سـوتاندووە بـۆ تۆڵەكردنـەوە لەبەرامبـەر هـەوڵی خـۆ لـەناوبردنی داوە ئێـستاش دوای سـووتان نایانـەوێت بـژین بۆیـە بیریـان لـەوە نەكردۆتـەوە نەشتەرگەری بكەن چونكە ئەمانە نەفرەت لەمێینـەیی و جەسـتەیی خۆیـان دەكەن و لە ژیان بێزارن ئەیانەوێـ كۆتـایی پـێ بهێـنن. لێـرەدا گریمانـەی (٦) راسـتە كـە زۆرینـەی ئەوانـەی دەسـوتێن دوای چـاكبونەوە نەشـتەرگەری جوانكاری بۆ شوێنەواری سووتاویەكە دەكەن.

خشتەی (١٣) هۆكاری خوسوتاندن چیە

ڕێژە	ژمارە	هۆكارەكانی‌خۆسوتاندن
58%	31	كێشەی خێزان
22%	12	كێشەی‌كۆمەڵایەتی
8%	4	كیشەی ئابووری
12%	6	هی‌تر
100%	53	كۆی گشتی

خۆسوتاندن لەنێو ئەو (٥٣) كەسەی كە خۆیان سـووتاندووە بـەهۆی كێـشەی خێزانـی (٣١) بەرێـژەی (٥٨٪)، كێـشەی كۆمەڵایـەتی (١٢) بەرێژەی (٢٢٪)، كێشەی ئـابووری (٤) بەرێـژەی (٨٪)، (٦) بەرێـژەی (١٢٪) هـیـتر . كـە هۆكارەكـانی خێزان وەك كێشەی(ژن و مێرد) ، (بـوك و خەسـوو). (خوشك‌وبرا)(كچ‌وباوك) ئەمەش هۆكارێكی‌تری نێوان خێزانەكانـە كەبەهۆی ئەوەی كۆمەڵگەی ئێمە كەهۆكاری كلتورو دابونەریتی كۆمەڵایەتی وەزاڵێتی دەسەڵاتی پیـاو سـالاری لـەنێوان خوشـك و بـرادا هـەر لەمناڵیـەوە وافێركـراوە كەئـەو كـوڕەو دەبێـت



دەسەڵاتی هەبێت بەسەر خوشکەکانیدا، کاتێك کوڕەکە خۆشەویستی بکات ئاسایی‌یە لەلای خێزان بەڵام لەکاتێك دا کچەکەیان خۆشەویستی بکاتو بیەوێت شوو بکات بەو کەسە ڕێگر دەبنو هەڕەشەی کوشتنی لێدەکرێت، وە دڵپیسیوخراپی هەڵسوکەوتی مێرد بەرامبەر بە ژنەکەی، خراپی هەڵسوکەوت کوڕ بەرامبەر دایك، نەگونجاندن لەنێوان بوكو خەسوو دا تەلاقدان ئەمانەن کێشەکانی نێو خێزان کە پاڵ،ەر بوون بۆ خۆسوتاندنی کچانوژنان وەك لە چاوپێکەوتنەکانو لەفۆرمەکاندا وەك تێبینی باسکراوە.

لەلایەکی ترەوە هۆکاری هەڵوەشانەوەی خێزان یا نەبونی دایكو بەخێوکردنی ئەم کچە لەلایەن ماڵی مام، باوەژن کە تۆمەتی خراپ دەخرێتە پاڵ ئەم کچە بەناوی خۆشەویستیو بەکارهێنانی مۆبایل ،ئەمانەش هۆکارن بۆ ئەوەی کە وا لەژنو کچ دەکات لەژیان بێزاردەبێت نائومێدەلە ژیان خۆشیە دنیایەکانی لەبیردەکات تەحەمولی بۆ ڕووبەڕوو بونەوەی کێشەکانی نێوان (خۆیو باوکی ،برا،مامی ، خاڵی،باوەژن) کەمەو پەنا دەباتە بەر خۆسوتاندن. کێشە کۆمەڵایەتیەکانوهۆکاری کۆمەڵگەو دەوروبەر وەك لە چاوپێکەوتنەکانەوە وەرگیراوە کاریگەری هەیە لەسەر خۆسوتاندنی ژنان یەکێك لەوانە وەك خوێندنگا (مامۆستاو بەڕێوەبەر) ئەو خوێندکارەی لە کۆتایی ساڵ دا لەوانەکانی دەرناچێت کێشەکەی لەلای مامۆستا باس دەکاتو چارەسەر ناکرێت وا دەکات خۆی بسوتێنێت چونکە لەلایەن خێزانەوە سەرزەنشت دەکرێتو سوکایەتی پێدەکرێت ، فەرمانگە(فەرمانبەرو بەڕێوەبەر) بەهۆی هەندێك لەعاداتو تەقالیدی کۆمەڵگا لەنێو فەرمانگەکاندا کەڕۆژانە ڕووبەڕووی ژنانو کچان دەبێتەوە ئیتر ئەو کێشانە یان لەگەڵ بەڕێوەبەر بێت یان فەرمانبەر یان مراجع والەو کەسە دەکات کە کاردانەوەی خراپی لێدەکەوێتەوە. کێشەی ئابوریش بۆ تاکی کورد گرنگەو دەبینین بە ڕێژەی ٨٪ی لەبەر کێشەی ئابووری بووە بەهۆی قەرزداری کە

ڕێژەیەکی زۆر لە ژنان خاوەن موچەی تایبەتی خۆیان نین لەخێزانو کۆمەڵگەدا بۆیەبۆ دابین کردنی پێویستیەکانی پەنا دەباتە بەر قەرزکردنو دواتریش ناتوانێت ئەو قەرزە بداتەوە بەخاوەنەکەی بۆیە هەوڵی خۆسوتاندن دەدات .

وە(٦) کەس ڕێژەیەکی ترە ئاماژەیان بە هیتر داوە کە خۆیان سووتاندوە وەك بەتێبنی نوسراوە (٣) کەسیان بەهۆی چەند حالەتێك کە تووشی نەخۆشی دەروونی بوون یەکێك لەوانە ژنیك دوای منالبون تووشی نەخۆشی دەروونی بووە خۆی سوتاندووە کەوابێ چارەسەرنەکردنی نەخۆشیە دەروونیەکان هۆکارە بۆ پەنا بردن بۆ خۆکوشتنو خۆسوتاندن.

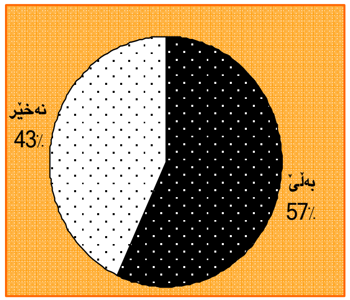
دەبینین زۆرترین ڕێژە کێشەی خێزان سەرچاوەی نائومێدیی بۆ کەسەکەو پێی وایە بۆئەبەد ناتوانێت ڕووبەڕوی ئەو کێشەیە بێتەوە دەگاتە قۆناغێك کەنەفرەت لە مێینەی خۆی بکاتو ئاگر لەجەستەی خۆی بەربدات. کەواتە دەبینین راستی گریمانەی (٢) دەردەکەوێت کە پەنابردن بۆ خۆسوتاندن لەنێو کچانو ژناندا بەهۆی زۆری کێشەی خێزانیەوەیە وە بە پاڵنەری سەرەکیی دادەنرێت.

خشتەی ١٤ هانات بۆكەس برد بۆچارەسەری كێشەكەت

هانات بۆكەس برد	ژمارە	رێژە
بەڵێ	30	57%
نەخێر	23	43%
كۆی گشتی	53	100%

ئەگەر بەڵێیە ئەو كەسە چیتۆیە

هانات بۆكێبرد	ژمارە	رێژە
خێزان	8	27%
كەسی هاوسەر	1	3%
خزموكەسی خۆم	10	33%
هاوڕێ	4	13%
رێكخراو	6	20%
دادگا	1	3%
كۆی گشتی	30	100%



پێش خۆسوتاندن هانات بۆكەس برد بۆچارەسەری كێشەكەت لەوەڵامدا بەڵێ (٣٠) بەرێژەی (٪ ٥٧)، نەخێر هانای بۆكەس نەبردووە (٢٣) بەرێژەی (٪ ٤٣) ، ئەو كەسە چیت بووە كە هانات بۆ بردووە ؟ خێزان (باوكوبرا،دایك وخوشك) (٨) بەرێژەی (٪٢٧)، كەسی هاوسەرەكەی (١) بەرێژەی (٪٣،٣)، خزموكەسی خۆی(١٠) بەرێژەی (٪ ٣٣)، هاوڕێ(٤٪) بەرێژەی (٪١٣)، ڕێكخراو (٦) بەرێژەی (٪٢٠)، دادگا (١) بەرێژەی (٪٣). مەسەلەی خێزان لە

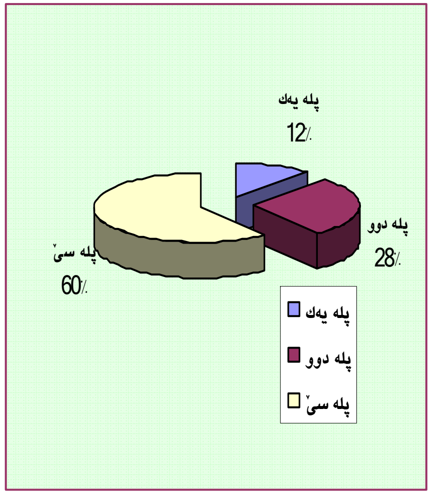
كۆمەڵگەی كوردیدا پرسی ژیانو گوزەرانە هەر بۆیە ئەركی ژن لەخێزاندا وەكو هاوسەروداێك دەبێت كە تەنها خستنەوەی وەچەی زۆرە ئەمەش دەركەوتووە لەم گروپەدا ژمارەی ئەندامانی خێزان (٦-٩) كەسن ئەمەش كاریگەری دەبێت لەسەر مافە سەرەتاییەكان، هاتنە كایەی كێشەی (شوێنی ژیان، پەروەردە،ئارامی،تەندروستی، خواردنوپۆشاك،ژیانی سۆزداری). لەگەڵ ئەوەی كە لە پێشتر ئاماژەمان پێكرد ئەوانەی كەتووشی ڕووداوی سوتان بونەتەوە شوێنی نیشتەجێبوونیان شێوەی (موڵك)ەوە كەمترینیان بەهۆی كێشەی ئابوورییەوە خۆیان سووتاندوە بەڵام زۆرترینیان بەهۆی كێشەی خێزانی خۆیان سووتاندوە ، ئەوەتا زۆربەی ئەوانەی كە خۆیان سووتاندوە پێش خۆسوتاندنەكە هانایان بردووە بۆ ئەوكەسانەی پێشتر لەژیانی تایبەتیدا پرسی سەرەكیان پێكردوون وەك ماڵی باوك كە لێپرسینەوەی (باوكوبرا،دایكوهەندێ جارخوشكیگەورە) ، وە لەهەندێ خێزاندا لێپرسینەوە لەلایەن (ماموخاڵ)یش بووە بۆیە هانایان بۆ خزموناسیاو بردووە بۆ چارەسەری كێشەكانیان ، هەروەها تاكەكانی كۆمەڵگەی ئێمە نەیانتوانیوە قۆناغە جیاجیاكانی گەشەسەندنی كۆمەڵایەتی ببڕن بۆیە كەم نین ئەوانەی كە لەسەرەوە ئاماژەمان پێكردوون بەهۆی كێشەی كۆمەڵایەتی خۆیان سووتاندووە. دواجار بێزاریونائومێدی لە ژیانو شكستی متمانە كردنیان بەو كەسانەی كێشەكانیان لا باسكردوون و كێشەكەیان بۆ چارەسەر نەكراوە پەنایان بردۆتە بەر خۆسوتاندن كە پێیان وایە كێشەكەنیان زیادی كردووە بەرێژەی (٪٢٤) هەربۆیە ئەوانەی كە خۆیان سووتاندوە كە جەستەیان بۆتە خۆڵ ٔمێش داوادەكەن لەژیان ڕزگاریان بێت و پەشیمان نینو پێیان وایە خۆیان مەسلەحەتی خۆیان دەزانن بۆیە ئەم ڕێگەیەیان هەڵبژاردووە.. كەواتە وەك كۆمەڵناسانی فیمینیست بڕوایان وایە خێزان شوێنی سەرەكییە بۆ چەوساندنەوەی ژنان، توندوتیژیوبالادەستی پیاوان

که باوكوبراو مێرد دەسەلأتدارو ژنو منالأن پاشكۆن . ئەگەر چی ڕێژەی زۆرترینیان بە ٥٧٪ پەنایان بردۆتە لای كەسانیتر بۆئەوەی كێشەكانیان بۆچارەسەر بكرێت لە خێزانوخزموكەس،هاوڕێو دامەزراوەی پەروەردەوڕێكخراوو دادگا،بەلأم بێئومێدیو بەهەند وەرنەگرتنی كێشەی ئەو ژنە وایكردووەكە بێهیوایی لەچارەسەركردنی كێشەكەیو دوابڕیاری خۆسوتاندنە كە ئەوكەسانەی هانایان بۆبردون ڕەنگە هەندێكیان تەنها توانیبێتیان گوێ لەكێشەكانیان بگرن بەلأم زۆرترینیان دەیانتوانی كێشەكەیان بۆ چارەسەر بكەنوبڕیاری ئەوەیان داونەتێ كە ئەو گرفتە نامێنێ، لێرەدا پێویستە هەلۆێستەیەك بكەین لەسەر كاری ڕێكخراوەكان چونكە ئەگەر ئەولایانانەی كە ئاماژەی پێدراوە بۆهاوكاری كەمی پسپۆڕیو دەكرێت تواناوشارەزاییان سنورداربێ بۆچارەسەركردنی كێشەكان.

كەوابێ ئەو گریمانەیە راستە كە توێژینەوەكە ئاماژەی پێداوە ژنان لەكۆمەلگای كوردەواریدا بەهۆی عەیبوشەرمكردن ناتوانن كێشەكانیان بەشێوەی یاسایی یاخود لەڕێگەی دامەزراوەو ڕێكخراوەوە چارەسەربكەن.

ڕێژەیسووتاوویەكە خشتەی ١٥

ڕێژەی سووتان	ژمارە	ڕێژە
پلە یەك	31	12%
پلە دوو	72	28%
پلە سێ	157	60%
كۆی گشتی	260	100%



ڕێژەو پلەی سووتاویەكە لەم فۆرمانەدا دەریدەخات كە یەكێك بوو لە پێشنیارەكانی یەكێتی ژنانی كوردستان لە كاتێكدا كە پێشتر لە ئامارەكاندا ئاماژە بەم ڕێژەیە نەدراوە دەركەوتووە پلەیەك (كە سووربونەوەی پێستەكە دەگرێتەوە) ژمارەیان (٣١) بەڕێژەی (٪ ١٢)، پلە دوو (كە پێست دەسوتێ لەگەلْ ژێر پێست) ژمارەیان (٧٢) بەڕێژەی (٪ ٢٨)، وە پلە سێ (كە سووتاویەكە ئێسقان دەگرێتەوە) ژمارەیان (١٥٧) بەڕێژەی (٪ ٦٠) دەگرێتەوە كەواتە زۆرترینیان ڕێژەی سوتاوییەكەیان پلە سێیە وە لەم ژمارەیەش (٧٧) كەس مردوون.لێرەدا دەكرێت گومانی لەخۆوە سوتانەكە كەم ببێتەوەو ئەو بۆچوونە ئەگەری راست بوونی زۆربێ كە ئەوكەسانەی خۆیان سوتاندووە نەتوانن دانی پێدابنێن چونكە سوتانی پلە سێ پێویست بە سوتەمەنی زیاترو ئامادەكردنی شوێنوكاتی سوتانەكە هەیە ئەمەش لە سوتفەوقەزاوقەدەرەوە دوورە كە ٦٠٪ سووتاوەكان بەو قوولْیەو زۆرە بسوتێن وەك لەپێشتردا باس كرا زۆرترینیان لە شەو درەنگو بیانی زوودا سووتاون كەئەمەش كاتێك بووە كەسانی تر ئاگایان لەڕوودانی سوتاویەكە نەبووەو بۆیە درەنگ پێیان زانیوەو شلْەژانی كاتیڕووداوەكە بۆ كوژانەوەوفریا كەوتنی ئەوكەسە وایكردووە سووتاویەكەیان پلە سێ بێت.وەك تێبینی كراوەلە چاوپێكەوتنەكاندا ەركەوتووە ئەوانەی كە خۆیان

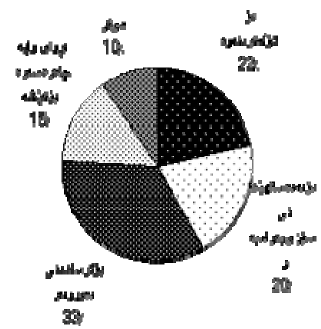
سووتاندووە زۆرترینیان لەجۆری پلەسێیەو بۆتەهۆی ئەوەی گیان لەدەست بدەنو لەژیان نەمێنن.

بەرای تۆ بۆچی ئەو کەسانە ڕێگای خۆسوتاندن بەکاردێنن بۆ خۆکوشتن

خشتەی ١٦

بۆچی خۆسوتاندن بەکاردێنن	ژمارە	ڕێژە
بۆ تۆڵەکردنەوە	56	22%
بۆبەدەستهێنانی سۆزیبەرامبەر	52	20%
بۆترساندنی دەوروبەر	89	33%
بڕوای وایە چارەسەرە بۆکێشە	38	15%
هیتر	25	10%
کۆی گشتی	260	100%

ئەوانەی کە خۆسوتاندنیان وەك ترساندنی دەوروبەر بەکارهێناوە بەڕێژەی (٪ ٣٣) ، کەواتە هەندێك جار ژنان بەهۆی نائارامی دۆخی خێزانو هاروهاجی منداڵەکانیان کە بەقسەی ناکەن بەگاڵتەوە دەیەوێت منداڵەکانی بترسێنێت یان پیاوەکەی لەقسە پێوتن



بوەستێت شقارتەیەکەو تۆزێك نەوت بەکاردێنێت کەبەبڕوای خۆی هەر ماکسیەکەی دەسوتێ بەڵام دەبێتە هۆی سوتانی جەستەیی‌و پەشیمان دەبێتەوە لەم ڕێگایەی گرتویەتی وە لەلایەکی ترەوە کاتێك ئافرەت پەنا

دەباتەبەر خۆسوتاندن بۆئەوەی دەوروبەر بترسێنێت ئەوا ئەو ژنە هەست بەوە دەکات کە بەردەوام خێزانو دەوروبەر مەترسین بۆسەر ژیانی ئەو یان ڕێگرن لەبەردەم هێنانەدی ئاواتەکانی هەروەك یەکەم شت کە لەسەرەتای ژیانیەوەو لەکاتی گاگۆلکێدا ڕیگری لێدەکرێتو بە بقە دەست پێدەکات ئەوەیەکە لەمناڵیەوە نزیك بونەوەی لەئاگر بە بقە دانراوەو بۆئەوەی چیتر ڕیگر نەبن کاری خۆسوتاندن لەجۆری ئاگر هەڵدەبژێرن وە زیاتر ئەو ژنانە ئەم ڕێگەیە هەڵدەبژێرن کە لەخێزانی محافیزکاردانو بەردەوام خەمی شەرەف لەهەموو خەمێکیتر لەپێشترە بەشێوەیەکی بەرفراوا ڕێگرن لەبەردەم حەزوئارەزووەکانی ژناندا بۆیە هەر زوو ژن لەم خێزانانەدا بێزار دەبنو پێی وایە بەخۆسوتاندن دەیان ترسێنن ، ئەوانەی کە بۆ بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر خۆیان سووتاندوە بەڕێژەی (٪٢٠)، هۆکارێکیتری خۆسوتاندنی ژنان بەومەبەستە ئەنجامی دەدەن کەسۆزو خۆشەویستی بەرامبەرەکەیان بۆخۆیان ڕابکێشن زیاتر لەو ژنانە دائەبێت بەهۆی هۆکاری دەرونیی‌و نائومێدی بونی لەژیانو هەڵسوکەوت لەگەڵ بەرامبەردا پێویستییان بەسۆز هەیە کەدەبینن بێبەشن لێی پەنا دەبەنەبەر ئەم کارە تاکو بۆیان بگەڕێتەوە.وە ئەوانەی بۆتۆڵەکردنەوە ئەم ڕێگایە بەکاردێنن بەڕێژەی (٪٢٢) هەندێجار پەنا دەبرێتە بەرخۆسوتاندن بەمەبەستی تۆڵە سەندنەوە کەئەمەش زیاتر لەو کاتەنەدا ڕوودەدات کەئەو کەسە هەندێك کێشەو هەڵسوکەوتی لەلایەن دەوروبەرەوە بەرامبەر کراوەو دەسەلآتینیە ڕووبەڕوویان ببێتەوە بۆیە بەناچاریو بۆ تۆڵە کردنەوەی ئەو ناهەقیانەی کەبەرامبەریان کراوەو بۆئەوەی ببێتە باری سەرشانی خێزانەکەی . وە بەڕێژەی (٪١٥) بڕوای وایە چارەسەرە بۆکێشەکان، هیتر بەڕێژەی (٪١٠).کەواتە ژنان لەکۆمەڵگەی کوردیدا ئەو پاڵنەرانەی وا دەکات پەنا بۆمەرگ لەجۆری خۆسووتاندن ببەن وەك لەگریمانەی (٣) دا

دەریـدەخات بـریتین لـە بێزاربـوون لـەژیانو دەیانـەوێت تۆڵـە لەبەرامبـەر بکەنەوەو لەگەڵ ئەوەشدا بۆترساندنی دەوروبەر کە دەیەوێ ژیانی بۆ خۆش بکاتو توندوتیژی بوەستێنن.!

رێنمایت چیە بۆکەسێك کە دەیەوێت خۆی بسوتێنێ   خشتەی١٧

رێژە	ژمارە	رێنماییتبۆدوورکەوتنەوەلەخۆسوتاندن
34%	87	هانابردن بۆ رێکخراوی ژنان لە کاتی کێشەدا
32%	84	باسکردنی کێشەکەی لای کەسێکی متمانە پێکراو
13%	35	خۆ مەشغول کرد بەشتێکیترەوە خوێندنەوە گۆرانی
21%	54	هیتر(دادگا)
100%	260	کۆی گشتی

وە دواجـــار وەك ئـــەم گروپـــە رێنماییـــان بـــۆ ئـــەوە کەســـانەی دەیانەوێـ خۆیـان بـسوتێنن بـەم جۆرەیە ، هانا بردن بـۆ رێکخـراوی ژنـان لـەکاتی کێـشەدا بەرێـژەی (٣٤٪)، باســـــکردنی کێـــــشە لای کەسێکی متمانـە پێکـراو بەرێـژەی (٣٢٪) ، خۆمەشغوڵکردن بەشـتێکی تـر تـا بـاری هەڵـچونی دەروونـی



نامێنێ بەرێژەی (١٣٪)، هیتر (دادگا) بەرێژەی (٢١٪). بۆیە چارەسەر بۆ ئـەو کێشەیە دەبێت هەموو پێکهاتەکانی کۆمەڵگە تێیدا بەشداربێت وەکو چینی خوێنـدکار کەعەدالـەت پیـادە بکرێـت لـە هـەموو ئاسـتەکاندا وە رێنمایمـان ئەوەیـــە کـــە زوو رۆشـــتن بـــەدەم گرفتەکانـــەوە بـــۆ چارەســـەرکردنیو نەهێـشتنەوەی لـەناو نـاخو دەروونـی کەسـەکەدا. پێویـستە پەنـد وەربگـرین

لەژیانی ئەوانەی کـەخۆیان سـوتاندووە چـونکە نەکێـشەی چارەسـەر کـردووە لەگـەڵ ئەوەشـدا بـاری دەروونـیو جەسـتەیو تەندروسـتی خـراپتر دەکـات. دروست کردنی متمانە لەناو خێزانەکانـداو پتـەوکردنی خۆشەویـستی نێـوان خێزان،لەگـەڵ ئـەوەی کـاری خۆکوشـتن ئەگـەر ئـەو کەسـە بمرێـت کۆمـەڵێك کێشە بۆ خێزانەکەی بەجێدێڵێت بەتایبـەتی ئەگـەر منـاڵی هـەبێت لـەرووی دینیشەوە خۆکوشتن بەتاوانی گەورە دەزانرێت بۆیە رێنمایمان ئەوەیـە دوور بکەوینەوە لە خۆسوتاندن.

ئه نجامەكان

- بەپێ ی زانیاری گشتی دەركەووتوە كە تەمەنی گروپەكە كە توشی سوتان بوو بریتیە لە زۆرترین ژمارەیان لەتەمەنی (٢٠ كەمترە) بەرێژەی (٤٦٪) وەك تێبینی كراوە تەمەنەكە لەنێوان (١٣-١٩)ساڵبوون، وە زۆرترین ژمارە لەنێو شارەكاندا كۆدەبنەوە واتە (٦٠٪) ، كەمترینیان لە لادێكاندا بەرێژەی (٩٪). بەپێی ئاستی خوێندن دەركەوتووە زۆرترینیان بەرێژەی (٣٧٪) بریتی یە لە پلەی خوێندنیان ناوەندییە ، بەدوایدا نەخوێندەوار لە(٣٠٪)پێك دێنێ،كەمترینیان پلەی خوێندنیان لەئاستی پەیمانگاو زانكۆدایە بەرێژەی (٪ ٤).

- باری كۆمەڵایەتی گروپەكە دەرئەنجام ئەوەیە كە خێزاندار ،سەڵت، بێوەژن بەرێژەی (49.٪ ، 47٪،4٪). لێرەدا ئەوە دەردەخات ڕووداوی سووتاوی لە خێزاندا زیاتر ڕوودەدات وەك لەسەڵت وەك تێبینی كراوە ئەوانەی خۆیان دەسوتێنن كە لەم گروپەدا (٥٣)كەسن ئەوانەی سەڵتن بریتیە لە (٢٦) كەس،خێزاندار(١٩)كەسن واتە زیاتر گەنجو سەڵتو خوێندكارن كە خۆیان سووتاندوون

- ئەوەمان بۆ دەردەخات كە زۆربەی ئەوانەی تووشی حاڵەتی سووتان بوون لە خێزانێكدا گەورەو پەروەردە بوون كە ژمارەیەكی زۆری تر منداڵی تری تێدایە كە ژمارەیان لەنێوان (٦-٩) كەسن كەواتە ژمارەی ئەندامانی خێزان زۆرە لەنێوان ئەوانەدا كە سووتاون بۆیە كێشە كۆمەڵایەتیوئابوری وەگرفتە دەروونیەكان زیاتر دەبێ وە چۆنیەتی سووتاندنەكە بەشێوەی لەخۆوە سووتان (٪ ٧٩) وە خۆسووتاندن بەرێژەی (٢١٪) ئەمەش ئەوە دەردەخات كە هەموو ژمارەكە خۆسوتاندن نیە، بەڵكو حاڵەتی ترەو ڕووداوی كاركردنو ڕۆژانەش تێدایە. لە ژمارەی (٥٣) كەس كە خۆیان سووتاندوە تەنها (٣) كەس لەڕەگەزی نێرە، (٥٠) كەسیان رەگەزی مێیە.

جارێكی تر ئەوەمان بۆ دەردەكەوێت ژمارەی ڕەگەزی مێ زیاترە لە ڕەگەزی نێر كە خۆیان سووتاندوە لەگەڵ ئەمەشدا هەر ڕەگەزی مێیە ڕووبەڕوی حاڵەتەكانی سووتان دەبنەوە لە كاری ڕۆژانەدا بە بەراورد لەڕەگەزی نێر كە ئەوان بەهۆی جۆری كارەكەیان لەدەرەوەی ماڵ بژێوی پەیدا كردن ڕووبەروی سوتان بونەتەوە. واتە شكستو نائومێدی بەشێكە لە ژیانی ڕۆژانەی ژن لەنێو خێزانەكاندا كە كراونەتە پاشكۆ وە ئەم نا ئومیدییە بۆ منداڵان دەگوێزرێتەوە وەك لەڕێژەكەیخشتەی (٦)دا دەركەوتووە كەم نین ئەو كەسانەی كە كە ڕووبەڕووی سووتان بونەتەوە سەڵتن‌و لەخێزانێكدا دەژین پاشكۆی باوك‌و بران . گرنگە لێرەدا باس لەوە بكەین كە زۆرێك لەژنان كە خۆیان دەسوتێنن ناتوانن ڕاستی ڕوودانی سووتانەكە باس بكەن،

- ئەنجامە گشتیەكان دەریدەخات ژمارەی ئەوانەی بەنەوت سووتاون بریتییە لە ڕێژەی (٪ ٤٢)، بەنزین بەرێژەی (٪ ١٩) ، غاز بەرێژەی (٪ ٧) ، تەقینەوە بەرێژەی (٣,٥٪)، كارەبا بەرێژەی (٢,٥٪) وە هیتر بەرێژەی (٢٦٪).وە ئاسانترین شت كە لەبەر دەستدا بووە بریتییە لە بەكارهێنانی نەوت، وە ئاماژەش بەوە دەدات كە هەندێكیان لە ئەنجامی سەرقاڵیو نەبوونی شارەزایی لە چۆنیەتی بەكارهێنانی نەوت، تووشی حاڵەتی سووتان بوون، بەتایبەتی لەكاتی نەوت و بەنزین بەكارهێنان بۆ (تەباخ،پەرەمێز،مەولیدەو شتەكانی تر)، یاخود جۆری كارەكەیان ئەم دوو ماددەیەیە.

-دەرئەنجامێكی تری ئەم توێژینەوەیە ئەوەمان بۆ دەردەخات ئەو كەسانەی كە خۆیان سووتاندوە پەشیمانن یاخود نا ئێستاش ئەیانەوێت لە ژیان نەجاتیان بێت بەم شێوەیە پەشیمانن بەرێژەی (٪ ٤٩) یەكسەر دوای خۆسوتاندن پەشیمان بونەتەوە، پەشیمان نین بەرێژەی (٪ ٥١) . دەبینین ڕێژەی ٤٩٪ پەشیمانە لەخۆسووتاندن چونكە دوای خۆسووتاندن ئازاری

سووتان هەست پێدەكات. دێتە هۆش خۆی كە هەڵەیەكی كوشندەی كردووە لەبەر هەڵەیەك لەلایەن دەوروبەرەوە ئەم گەورەترین توندوتیژی بەرانبەر بە خودی خۆی كردووە . ئەوانەی كە پەشیمان نین لەوەی كە خۆیان سووتاندووە دەلێن چونكە بەئارەزووی خۆم بووە بەرێژەی (٪١١)، خەتای خۆم بووە بەرێژەی (٪ ٣)، بۆئەوەی نەجاتم ببێت بەرێژەی (٪١٩)، هەموو رۆژێكم مردن بوو بۆئەوەی بمرم بەرێژەی (٪ ٣٧)، لەبەرئەوەی ئازاروتوندوتیژی هەبوو بەرێژەی (٪ ٨)، بێزارو بێهیوابوون لەژیان بەرێژەی (٪ ٢٢) تەنها رێژەی (٪١١،٪٣) دەڵێن بەئارەزووی خۆمانو خەتای خۆمان بوو واتە هۆكارەكە دەگەرێننەوە بۆخۆیان ئیدی ئەوانی تر كەسانی تر پاڵنەر بوونو یا ناچار كراون كە ئەم رێگەیە هەڵبژێرن یا هەرەشەیان لێكراوە كە دەبێت بیانكوژن.

-دەرئەنجامێكیتری توێژینەوەكە دەریدەخات خۆسوتاندن لەنێو ئەو (٥٣) كەسەی كە خۆیان سووتاندووە هۆكارەكان بریتین لە (كێشەی خێزانی بەرێژەی (٪٥٨)، كێشەی كۆمەڵایەتی بەرێژەی (٪٢٢)، كێشەی ئابووری بەرێژەی (٪٨)، بەرێژەی (٪١٢) هیتر كەرێژەیەكی دیارە كەخۆیان سووتاندوە وەك بەتێبنی نوسراوە (٣) كەسیان بەهۆی چەند حالەتێك كە تووشی نەخۆشی دەروونی بوون كەوابێ چارەسەرنەكردنی نەخۆشیە دەرونیەكان هۆكارە بۆ پەنا بردن بۆ خۆكوشتنو خۆسوتاندن. ئەوەش دەردەخات كەزۆرترین رێژە كێشەی خێزانوكۆمەڵایەتیەكە ئەمانەن سەرچاوەی نائومێدیی بۆ كەسەكەو پەنا دەباتە بەر مەرگ.

-دەرئەنجامێكیتر لەم تویژینەوەیدا دەركەووتوە كە پێش خۆسوتاندن هانایبردووە بۆ كەسانی تر بۆچارەسەری كێشەكە لەوەڵامدا بەڵێ بەرێژەی (٪ ٥٧)، نەخێر هانای بۆكەس نەبردووە بەرێژەی (٪ ٤٣)یە ، ئەو كەسە چیت بووە كە هانات بۆ بردووە ؟ خێزان (باوكوبرا،دایك وخوشك)

بەرێژەی (٪٢٧)، كەسی هاوسەرەكەی بەرێژەی (٪٣,٣)، خزموكەسی خۆیبەرێژەی (٪ ٣٣)، هاورێ(٪٤) بەرێژەی (٪١٣)، رێكخراو بەرێژەی (٪٢٠)، دادگا بەرێژەی (٪٣). زۆربەی ئەوانەی كە خۆیان سووتاندوە پێش خۆسوتاندنەكە هانایان بردووە بۆ ئەوكەسانەی پێشتر لەژیانی تایبەتیدا پرسی سەرەكیان پێكردوون وەك ماڵی باوك كە لێپرسینەوەی (باوكوبرا،دایكوهەندێ جارخوشكیگەورە) ، وە لەهەندێ خێزاندا لێپرسینەوە لەلایەن (ماموخاڵ)یش بووە بۆیە هانایان بۆ خزموناسیاو بردووە بۆ چارەسەری كێشەكانیان.بەلاَم هیچ دەر ئەنجامێكی نەبووە، رێكخراوەكانیش یەنێكی تربوو كە كەس خۆسوتێن بەرێژەی(٪٢٠)هانایان بۆ بردووە پێش خۆسوتاندن، هەروەك پێشتریش ئاماژەمان پێداوە گرنگە رێكخراوەكان بكاری خۆیاندا بچنەوەو سیستمی نوێ دابنێن وە كادری شارەزاەتوانا ئاماجە بكەن بۆئەوەی ئەگەر كەسێ هانای بۆ برد بتوانن لایەنیكەم كەسەكە وا لێبكەن كە برواومتمانەی بەخۆی هەبێتو پەنا بۆ خۆكوشتن نەبەن.

- رێژەو پلەی سووتاویەكە لەم توێژینەوەیدا دەریدەخات كە پلەیەك بەرێژەی (٪ ١٢)، پلە دوو بەرێژەی (٪ ٢٨)، وە پلە سێ بەرێژەی (٪ ٦٠) دەگرێتەوە كەواتە زۆرترینیان رێژەی سوتاوییەكەیان پلە سێیە وە لەم ژمارەیەش (٧٧) كەس مردوون.لێرەدا دەكرێت گومانی لەخۆوە سوتانەكە كەم ببێتەوەو ئەو بۆچوونە ئەگەری راست بوونی زۆربێ كە ئەوكەسانەی خۆیان سوتاندووە نەتوانن دانی پێدابنێن چونكە سوتانی پلە سێ پێویست بە سوتەمەنی زیاترو ئامادەكردنی شوێنوكاتی سوتانەكە هەیە ئەمەش لە سوتفەوقەزاوقەدەرەوە دوورە كە(٪٦٠) سووتاوەكان بەو قووڵیەو زۆرە بسوتێن وەك لەپێشتردا باس كرا زۆرترینیان لە شەو درەنگو بەیانی زوودا سووتاون كەئەمەش كاتێك بووە كەسانی تر ئاگایان لەروودانی سوتاویەكە

نەبووەو بۆیە درەنگ پێیان زانیوەو شڵەژانی کاتی ڕووداوەکە بۆ کوژانەوەوفریا کەوتنی ئەوکەسە وایکردووە سووتاویەکەیان پلە سێ بێت.وەك تێبینی کراوەلە چاوپێکەوتنەکاندا دەرکەوتووە ئەوانەی کە خۆیان سووتاندووە زۆرترینیان لەجۆری پلەسێیەو بۆتەهۆی ئەوەی گیان لەدەست بدەنو لەژیان نەمێنن وە هەندێکیان لە ژیان ماون

-بەشێوەیەکی گشتی لەم تویژینەوەیەدا ئەوەمان بۆ دەردەکەوێت کە خەتەرییەکانی سووتان کاریگەری دەبێت لەسەر ژیانی داهاتووی ئەو کەسە بۆیە زۆرترینیان پێیان وایە دەبێتە هۆی تێکچوونی جەستەیی بەڕێژەی (٣٤٪)، دابڕان لە کۆمەڵ بەڕێژەی (٣٠٪)، تێکچوونی باری دەروونی بە ڕێژەی (٪ ١٢)، کێشەکانی زیاتر ئاڵۆز دەکات بەڕێژەی (٢٤٪) . هەموو ئەمانەش دەبێتەهۆی هەڵوەشاندنەوەی خێزان زیاتر بێدەسەڵاتی ژن بەرامبەر بە پیاو، وەئەوکەسە زیاتر متمانەی بەخۆیوبەدەوروبەرەنەمێنێت

-جگە لەوەی ئەم توێژینەوەیە هۆکاروخەتەرییەکانی خۆسوتاندنی ژنان ڕوون کردۆتەوە باس لەوەش دەکات کە پاڵنەری هەڵبژاردنی خۆسوتاندن لەوانەی خۆیان سوتاندووە بەڕێژەی (٪ ٣٣) وەك ترساندنی دەوروبەر بەکارهێناوە ، کەواتە هەندێك جار ژنان بەهۆی نائارامی دۆخی خێزان، شقارتەیەکەو تۆزێك نەوت بەکاردێنێت کەبەبڕوای خۆی هەر ماکسیەکەی دەسوتێ بەلاَم دەبێتە هۆی سوتانی جەستەییو پەشیمان دەبێتەوە لەم ڕێگایەی هەلیبژاردووە بەهی هەلچونێکی کتوپڕەوە بووەبڕیارکەی بەپەلەداوە، وە لەلایەکی ترەوە کاتێك ئافرەت پەنا دەباتەبەر خۆسوتاندن بۆئەوەی دەوروبەر بترسێنێت ئەوا ئەو ژنە هەست بەوە دەکات کە بەردەوام خێزانو دەوروبەر مەترسین بۆسەر ژیانی ئەو یان ڕێگرن لەبەردەم هێنانەدی ئاواتەکانی و بۆئەوەی چیتر ڕیگر نەبن کاری خۆسوتاندن لەجۆری ئاگر هەڵدەبژێرن .ئەوانەی کە بۆ بەدەستهێنانی سۆزی بەرامبەر

خۆیان سووتاندووە بەڕێژەی (٢٠٪)، هۆکارێکیتری خۆسوتاندنی ژنان بەومەبەستە ئەنجامی دەدەن کەسۆزو خۆشەویستی بەرامبەرەکەیان بۆخۆیان ڕابکێشن پەنا دەبەنەبەر ئەم کارە تاکو سۆزوخۆشەویستیان بۆیان بگەڕێتەوە ئەمانەش زیاتر لەو کەسانەدا دەردەکەوێت کە هەر لەمناڵیەوە لەسۆزوخۆشەویستی بێبەش کراون وەك نەمانی دایك یا باوك یا جیابونەوەی دایكوباوك .وە ئەوانەی بۆتۆڵەکردنەوە ئەم ڕێگایە بەکاردێنن بەڕێژەی (٢٢٪) هەندێجار پەنا دەبرێتە بەرخۆسوتاندن بەمەبەستی تۆڵە سەندنەوە کەئەمەش زیاتر لەو کاتەنەدا ڕوودەدات کەئەو کەسە دەیەوێ هاوسەری ژیانی خۆی دیاری بکات و مافی پێشێل دەکرێتو شتی خراپ دەخرێتە ئەستۆ بۆیە بۆ ڕووبەڕوو بونەوەی ئەودەسەڵاتەی کە زاڵە بەسەریدا بۆیە بەناچاریو بۆ تۆڵە کردنەوەی ئەو ناهەقیانەی کەبەرامبەریان کراوەو بۆئەوەی ببێتە باری سەرشانی خێزانەکەی یان ناوزڕاندنیان لە کۆمەڵدا. چونکە خێزانی خۆسوتێن لەناو کۆمەڵدا دەبێتە جێی قسەو باسی خەڵکی تووشی جۆرێك لەشکاندن دەبن بۆیە پەنا دەباتەبەر خۆسوتاندن . وە بەڕێژەی (١٥٪) بڕوای وایە چارەسەرە بۆکێشەکان، هیتر بەڕێژەی (١٠٪).

- وە دواجار لەم توێژینەوەیەدا ئەوە دەردەخات لەکۆی گشتی ٣٦٠ کەس لەم گروپە ڕێنماییان بۆ ئەو کەسانەی دەیانەوێ خۆیان بسوتێنن بریتییە لە زۆرترینیان پێیان باشە(هانا بردن بۆ ڕێکخراوی ژنان لەکاتی کێشەدا بەڕێژەی (٣٤٪)وە باسکردنی کێشە لای کەسێکی متمانە پێکراو بەڕێژەی (٣٢٪)).

سەرنج:-

یاسای (٤٢)ی پەرلەمان رۆژی ٢٠٠٤/١٠/١٣ دا دەرچووە و دەقی یاساکە تیایدا هاتوە:

پشت بەستن بە حوکمی برگە (١) ماددە(٥٦)و ماددە(٥٣)ی یاسای ژمارە(١)ی ساڵی ١٩٩٢ی هەموار کراو، هەروەها ئەوەی لەسەر ئەوەی ئەنجومەنی وەزیران خستیانە ڕوو، هەروەها ئەوەی کە ئەنجومەنی نیشتمانی لە کوردستانی عێراقدا یاسا ڕێژی کردووە لە دانیشتنی ژمارە (٥٠) ی رۆژی ٢٠٠٤/١٠/١٢، هەروەها بەپێی ئەو دەسەڵاتەی پێماندراوە بەپێی برگە (٣)ی ماددەی دووەمی یاسای ژمارە (١٠)ساڵی ١٩٩٧، بڕیاری دەرکردنی ئەم یاسایەمان دا:

یاسای ژمارە (٤٢)ی ساڵی ٢٠٠٤

جێبەجێکردنی

ماددەی یەکەم:

جێبەجێبونی برگەی (١)ی ماددە (٤٠٨)ی یاسای سزادانی عێراقی ژمارە (١١١)ی ساڵی ١٩٦٩ی هەموارکراو دەوەستێنرێت لە هەرێمی کوردستان/عێراقداو ئەو دەقە جێگەی دەگرێتەوە:

سزا دەدرێت بە بەندییکردن بۆماوەیەك زیاتر نەبێت لە حەوت ساڵ، هەر کەسێك هانی کەسێکی تر بدات یان کۆمەکی بکات بەهەر هۆیەك بۆ خۆکوشتن یا بووە هۆی ئەو خۆکوشتنە، ئەگەر هاتوو خۆکوشتنەکە بینا لەسەر ئەو هاندانە ئەنجامدرا، هەروەها سزاکە (گرتن) دەبێت ئەگەر هاتوو هەوڵی تاوانەکە درا.

ماددەی دووەم:

کار بەهیچ دەقێکی دژ بە ئەحکامەکانی ئەم یاسایە ناکرێت.

ماددەی سێیەم:

پێویستە لەسەر ئەنجومەنی وەزیران ئەحکامەکانی ئەم یاسایە جێبەجێبکات.

ماددەی چوارەم:

ئەم یاسایە لە رۆژی بلاّوکردنەوەیەوە لە رۆژنامەی (وەقایعی کوردستاندا) جێبەجێدەکرێت.

د. کمال عبدوالکریم فوئاد

سەرۆکی ئەنجومەنی نیشتمانی کوردستان/عێراق

وەك ئاشکرایە زۆرن ئەو کەس‌وکارانەی سکالاّ تۆمار دەکەن‌و داوای سزا دانی ئەو هاوسەرانە دەکەن کە دەبنە هۆکاری خۆسوتاندنی کچەکانیان ،بەلاّم قسەی ئەو ژنە بەرلەمردن ناوی کەسێك دەهێنن کە بۆتە هۆی پاڵنەری خۆسوتاندنکەیان بە بەلگە ئەژمارد ناکرێت ،ئەمەش وا دەکات کەس بە تاوانی خۆسوتاندنی کچەکەی یا خوشکەکەی یان ژنەکەی سزا نادرێت ، چونکە ئەو سوتاوانە چەند سەعاتێك یا چەند رۆژێك پێش مردن ناوی کەسێك دەهێنن کە بۆتە پاڵنەری خۆسوتاندنەکەیان بەلاّم بەهەند وەرناگیرێ بەبیانوی ئەوەی کە سووتاوەکە دەزانێ دەمرێت ناوی کەسێك کە پێشتر ڕقی لێیە دەڵێت ، یاخود هەندێجار ژنەکان بەهۆی ئەوەی کێشەی بنەماڵەو خێزان دروست نەبێت‌و منالّەکانی سەری لێنەشێوێت ناوی ئەو کەسە ناهێنێ بۆئەوەی بگیرێت. کەواتە پێویستە پسپۆری یاسایی ،دەروونی‌وکۆمەلاّیەتی بەدواداچوون بۆ ئەم حالّەتانە بکەن تاکو بەپێی یاسا کە ئێستا پەرلەمان بەرنامەی دارشتنی یاسایەك بۆ ئەم مەبەستە دەدات بەشێوەیەکی گونجاو هەموار بکرێت.

پێشنیارو چارەسەرەکان

- ڕاگەیاندن:-

١-بڵاوکردنــەوەی بەرنامــەی فکــریو ڕۆشــنبیری لەکەناڵــەکانی ڕاگەیانــدن تایبــەت بــە خۆسـوتاندن بـۆ بەرزکردنــەوەی ئاسـتی زانیـاری ژنـان لـەبواری کۆمەڵایەتیو زیاتر تێگەیشتن لەدابو نەریتیو بەها ئاکارییەکانی کۆمەڵگە.

٢-پێویستە توێژینەوەی زانستی زیـاتر لەسـەر دیـاردەی خۆسـوتاندن بکرێـت بۆئەوەی لەرێی توێژینەوەوە بتوانرێ ڕێگە چارەی گونجاو دیـری بکرێـتو دیاردەکە وەك خۆی لەکۆمەڵگەدا دەربکەوێت.

٣-بەســتنی کۆڕوســیمینار لــە شاروشارۆچــکەکان بــۆ ڕۆشــنبیر کردنـــی مامۆســتایانو پێــشەواکانی دیکـــەی کۆمەڵگـــە بـــۆ هۆشـــیارکردنەوەو بەرزکردنـەوەی ئاسـتی ووشـیاری دەروونـیو کۆمەڵایـەتی گەنجـەکانو ژنـان کاراکردنی ڕۆڵیان لەکەمکردنەوەی دیاردەکە.

- دەزگاکۆمەڵایەتیەکان:-

٤-بنیاتنانی سەنتەری تایبـەت بـەو ژنانـەی کـە خۆیـان دەسـوتێننو ئـەمێنن واتــە نــامرن واتــە بــۆ پاراسـتنی قوربانیـانی سـووتان وە گرنگـی پێـدانیانو تێکـەڵاوکردنیان بــە کۆمــەڵ تــاکو دانــەبڕێن لەکۆمــەڵ واتــە ڕاهێنانــەوەی تواناوکەســـێتی ژنـــان لـــەدوای خۆســـوتاندن لەلایـــەن ڕێکخـــراوو دەزگاکۆمەڵایەتیەکان.

٥-خولقانـدنی دەروازەی پێویـست بـۆ رادەربـڕینو خـاڵی کردنـەوەی فـشارە دەروونیـــەکانی نـــاوەوەو و پاراســـتنی تاکـــەکانی کۆمـــەڵ لـــەلادانو نەخۆشـــیوگرفتیدەروونیوکۆمەڵایەتی. وە چارەســــەرکردنی کێــــشە کۆمەڵایەتیو دەروونیەکان لەلایەن توێژەرەکان.

١-بـوونی سـەنتەرێکی ڕاوێـژکاری خێـزان بـۆ گرنگـی دانو هۆشـیارکردنەوەی تاکەکانی کۆمەڵگە لـەپێکهێنانی خێزانـدا پـێش قۆنـاغی هاوسـەرگیریو دوای قۆنـاغی هاوسـەرگیری کـە سـتافی لێهـاتوو و پـسپۆر ڕێنمـاییو ڕێگـا چـارەی

گونجـاو بخاتـە پێشچاو گـەنجان لەپرۆسـەی خێزانـداو مافـەکانی ئەنـدامانی خێزان پێشێل نەکرێت بۆکەمکردنەوەی کێشەی خێزانی .

-دەزگا تەندروستیەکان:-

٢-کردنــەوەی ســەنتەری نەشــتەرگەریوجوانکاری تایبــەت بــەو ژنانــەی کــە ڕووبـەڕوی سـووتان دەبنـەوە بـۆ چارەسـەرکردنی کێشەتەندروستیەکانیانو جوانکـاری لەجەسـتەو ڕووخـساری تێکچووی ژنـان لـەدوای سـووتان لەلایـەن دەزگاتەندروستیەکانەوەبە هاوکاری حکومەتو ڕێکخراوەکانی ژنان بۆئـەوەی نەشـتەرگەرییەکەی تێـچوونی زۆری تێنەچـێت و بتوانرێـت چارەســەریان بۆبکرێت لەم سەنتەرەدا.

٣-پێویـــــستە تـــــۆڕی گونجاووشـــــیاو هـــــەبێت لەنەخۆشـــــخانەی ئیمیرجینـسی،فێرکاری یـا هـەر بنکەیـەکیتر بۆئـەو کەسـانەی کـە خۆیـان دەسوتێنن بۆ ئەوەی ئامارەکان بەشێوەیەکی ووردو دروست کۆبکرێتەوە.

٤-ئـــەکتیف کـــردنو دانـــانی لیژنـــەی تایبەتمەنـــد لـــە (توێـــژەری کۆمەڵایەتی،توێژەری دەروونی،پزیشکی پسپۆڕ) لەنەخۆشخانەکان بەتایبـەت لەنەخۆشـخانەی ئیمیرجینـسیو فێرکـاری بۆئـەوەی بەدواداچـوونی تـەواو بکرێــت بــۆ کەســی ســووتاو لــەدیاریکردنی ڕوودانــی لەخۆوەســووتانە یــا خۆسـوتاندنە چـونکە زۆرێـك لەوانـە راسـتی ڕووداوەکـە ئاشـکرا ناکـەنو نازانرێت هاندەروپاڵنەرەکان کێ یە؟

٥-بەرنامەی هۆشیارکردنەوەی گەنجان لەکاتی ڕووداوی سووتان کـە پێویـستە بەلایەنی کەمەوە لەهەموو ماڵێك یـەکێکیان بزانێـت فریاکـەوتنی سـەرەتایی بۆ کەسێك دەسوتێت چی یە؟ باشترین نوخبـە بـۆوەرگرتنی ئـەم ووشـیارییە خوێندکارانن.

-ڕێکخراوەکان:-

١. دابـــین کردنـــی شـــوێنێك یـــا پەناگەیـــەك لەلایـــەن ڕێکخراوەکانیژنانەوە بـەهاوکاری حکومـەت، بۆئـەو کچوژنانـەی کـە لـەدوای خۆسـوتاندن نایەنـەوێت بگەڕێنـەوە نێـو خێزانـەکانیان ئـیتر ئـەو خێزانـە

مالْى(باوك،هاوسەر،مام،...هتد)بێت واته بۆئەوەی کێشەکانیان زیاتر نەبێتو لەژینگەیەکی‌تردا بژین کەبتوانرێت توانای خۆگونجاندنو متمانەکردنیان بۆ دروست بکرێت وه لەکاتێکدا ئەو ژنەی دەمرێت منالْەکانی لەم شوێنە دا بەخێووپەروەردە بکرێت نەدرێتەوە بەکەس‌وکاری چونکە کاریگەری خراپ دەخاتە سەر ژیانی ئەو منالاّنە بە نەمانی دایك .

٢. پێویستە بەرنامەی هۆشیارکردنەوەو بەرزکردنەوەی توانای ژنان بۆچارەسەر کردنی گرفت‌وکێشەکانیان لەخێزانو کۆمەلْگەدا پشت ببەستن بەخۆیانو دوور بکەونەوە لەرێگەچارەیەك کە خۆسوتاندن بێت کە بەزیانی خۆی تەواو دەبێت.

٣. پێویستە هۆشیاری تەواو بدرێت بەخێزانی کوردی لەسەر چۆنیەتی خۆپاراستن لە سەرجەم سەرچاوەو ئامێرەکانی بەکارهێنانی ئاگر و سوتەمەنی.

٤. هەولْدان بۆهاندانی خێزانەکان لە نەهێشتنی (پەرەمێزو تەباخی نەوت) لەنێو مالْی کوردیداو ئاشکراکردنی مەترسیەکانی بۆسەر ئەندامانی خێزان.

دەسەلاّتو یاسا:-

٥. دەسەلاّت پێویستە بەشێوەیەکی یاسایی وبەفەرمی داکۆکی بکاتو پشتگیری لە خواستی ژنان بکەن لەکاتی هەولْدان بۆخۆسوتاندن بە بەهاناوەچوونو چارەسەرکردنی گرفت‌وکێشەکانیان لەڕووی دەروونی‌وکۆمەلاّیەتی‌وئابوورییەوە ئەویش بەدابین کردنی جێگاوشوێنی گونجاووشیاو بۆ پارێزگاری کردن لەو ژنانە.

٦. هەموار کردنی یاسایەك بۆ ئەوکەسانەی کە هاندەرن وەهۆکارێك دەبن بۆ خۆسوتاندنی ڕەگەزی مێینە چونکە نەبوونی یاسایەکی تۆکمە بۆ ئەم مەبەستە وادەکات مانەوەی دیاردەکە بەردەوام بێ ،یاسای پەرلەمانی

ژمارە ٤٢ ماددەی ٤٠٨ دەبێت کارا بکرێتو پیادەو جێبەجێ بکرێت لەلایەن داواکاری گشتی پێویستە رۆلْی خۆی ببینێ ،پۆلیس‌وئاسایش وە دادگا سزای هاندەری کەسی خۆ سوتێن بدات.

٧. پێویستە حکومەت لەرێگەی وەزارەتەکانی (مافی مرۆڤ،کاروباری ژنان، کاروکاروباری کۆمەلاّیەتی‌و تەندروستی) ئامانجی درێژخایەن بەپلانی بەرنامەدانان بۆ بنەبڕکردنی دیاردەی خۆسوتاندنو کەمکردنەوەی خۆکوشتن لەلایەن تاکەکانی کۆمەلْگەوە وە دەرخستنی ئامارەکان بەشێوەیەکی دروستو ڕەسمی.

٨. ناوەندی زانکۆ ببێتە مەیدانی لێکۆلْینەوە لە هەموو بوارەکاندا چونکە لێکۆلْینەوەو توێژینەوە رۆلْی گرنگیان هەیە بۆ گۆڕانکارییەکانی ناو کۆمەلْگە ،بۆئەم مەبەستەش کردنەوەی سەنتەری (توێژینەوەو لێکۆلْینەوە تەندروستی،کۆمەلاّیەتی،دەروونی)بەشێوەی ئەکادیمی‌و زانستی بێت پێویستە راسپاردەو ڕێنماییەکان بچنە بواری خوێ،دنو جێبەجێکردنەوە.

٩. پێویستە گروپێك دروست بکرێت بۆ بەدواداچونی حالْەتی سووتانو دیاریکردنی هۆکاروپالْنەرەکان بە ووردی لێیبکۆلْرێتەوە لەلایەن ئەندامانی ڕێکخراوەکانی ژنان،بەڕێوەبەرایەتی توندوتیژی ژنان، بەڕێوەبەرایەتی چاودێری‌وکۆمەلاّیەتی کەسانی پسپۆری یاساییو پزیشك کە بەدواداچوون بکەن بۆ خۆسوتانی ژنان لەهەر خێزانێکی کوردیدا. لەهەمان کاتدا ئەم لیژنەیە کاری جدی بکات بۆ بەدواداچوونی کاری کارگەکانی سووتەمەنی غاز دروستکردن لە کوردستان بۆئەوەی چیتر بتلْی خراپ‌وجۆری غازی خراپ بەرهەم نەهێنرێ لەپێناو سەلامەتی خێزان دا چونکە جاری وا هەبووە حالْەتی لەوجۆرە هەبووە کەبتلْی غازەکە خراپ بووە بۆتە هۆی ڕوودانی سووتان دیسان ژن زەرەرمەند دەبێت کاری بەکارهێنانی ئەو غازە بۆپێویستی رۆژانە هەر لەلایەن ژنانەوەیە.

سەرچاوەکان

سەرچاوەی کوردی:-

١. کنێرعەبدوڵلا،ســـاڵی٢٠٠٥،پێگـــەی ژن لەکۆمەڵگـــەی کوردەواریـــدا ،لەبلاوکراوەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان،چاپی یەکەم، چاپخانەی تەوار.

٢. د.کەریم شەریف،ساڵی٢٠٠٧،سایکۆلۆژیای گشتی. چاپی دووەم، چاپخانەی حاجی هاشم.

٣. کنێرعەبدوڵلا،ساڵی٢٠٠٧،توندوتیژیی وەزیفی دژی ژنان لە فەرمانگە حکومیەکاندا، لەبلاوکراوەکانی دەزگای چاپوپەخشی سەردەم

٤. د .بۆتـــۆل ،و.فەرشیدشەریف،ســـاڵی٢٠٠٥، دامەزرێنەران وســـەرهەڵدانی کۆمەڵناسی، لەبلاوکراوەکانی دەزگای چاپوپەخشی سەردەم

٥. پیتەرکلۆس ،و.خلیل محمد،ساڵی٢٠٠٠، ئەنترۆپۆلۆژیای کولتوری.

٦. مەسعودسەفیری ،و.بەیان عەزیزی،ساڵی٢٠٠٧، ئاناتۆمی توندوتیژی، چاپی یەکەم، لەبلاوکراوەکانی دەزگای چاپوپەخشی سەردەم

٧. جەبارسابیر ، ٢٠٠٤، چرپەچرپی ئەودیو ئازادییەکانی ژن.

٨. کنێر عەبدوڵلا ، ٢٠٠٥،ژن لەبازنەیەکی داخراودا،لەبلاوکراوەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان،چاپی یەکەم، چاپخانەی تەوار.

٩. عونی القیصر،ملیحە عبدالمنعم،و.سابیر بکر،ساڵی٢٠٠٢،سۆسیۆلۆژیای خێزان،چاپی یەکەم،چاپخانەی داناز ٢٠٠٢

١٠. فتحی هلال،و،سەنتەری ژینیا،٢٠٠٨،رێبەری توێژەر بۆتوێژینەوەی زانستی.

١١. طبار،علی رەزا علوی، و. ابوبکر خۆشناو، کۆمەڵگەی مەدەنی چیە، ساڵی ٢٠٠٠ ،زنجیرە کتێبی روونـاکبیری مەکتەبی رێکخستنی یەکێتی نیشتمانی کوردستان.

١٢. سۆران سعید،تارا صبحان، ابوبکر علی،ساڵی٢٠٠١،ئەرك و رۆڵی دەزگا کۆمەڵایەتیەکان لەبەرەو پێشبردنی ڕەوشی گەنجان لە کۆمەڵگەدا، لێکۆڵینەوەی دەرچوون،بەسەرپەرشتی پرۆفیسۆری یاریدەدەر عبدالحمید بەرزنجی، زانکۆی سەلاحەدین،کۆلیژی ئاداب-بەشی کۆمەڵناسی.

١٣. نەسرین جمال،نیان عزیز ، ساڵی٢٠٠٤، رۆڵی شێوازی پەروەردە لەگەشەپێدانی کۆمەڵایەتی لەخێزانی کوردیدا. لێکۆڵینەوەی دەرچوون ،بەسەرپەرشتی د.ئاسۆ ابراهیم ، زانکۆی سلێمانی،کۆلیژی ئاداب-بەشی کۆمەڵناسی.

١٤.ئاوات محمد،لێکۆڵینەوەیەك لەسەر دیاردەی خۆسوتاندنی ژنان،ڕێکخراوی ئاسودە،٢٠٠٤

١٥. (ڤیان دزەیی، خۆسوتاندنو تێڕوانینو چارەسەر ، هەولێر ٢٠٠٨،چاپی یەکەم، لەچاپکراوەکانی ئەنجومەنی نیشتمانی کوردستان-عێراق (لیژنەی داکۆکیکردن لەمافی ئافرەتانو ژنان.

سەرچاوەی عەرەبی :-

١. د.ناجي،الانتحار،دراسة نفسية-اجتماعية للسلوك الانتحاري.

٢. د.احسان، سالی ١٩٩٩ ،موسوعة العلم الاجتماع.

٣. د.وهيبة شكر،١٩٩٠،العومل انفسية في جنوح الاحداث.

٤. منصور،١٩٧٨،اسس العلم النفس العام.

٥. احمدالسيد،د.سميرة ،١٩٧٧،مصطلحات علم الاجتماع.

٦. د.سارجنت، ١٩٩٩ ،علم النفس الحديث.

٧. راجح،احمدعزت، ١٩٨٥ ،اصول علم النفس.

٨. الجراح ،عبدالناصرذياب، ٢٠٠٤ ، علم النفس العام.

٩. لازاروس،ريتشارد،١٩٨١،الشخصية.

گۆڤارەکان:-

١. لەتیف فاتح، گۆڤاری تەوار، یەکێتی ژنانی کوردستان٢٠٠١، ژمارە (٥) چاپخانەی تەوار.

٢. عەتا ناهی خۆکوژی ژنانوڕازی هەڵبژاردنی ئاگر، گۆڤاری رەهەند ژمارە ١٦-١٧ تیۆر کلتور راڤەکردن.

٣. د.افرام، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، سالا ٢٠٠٦، هژمار ٥.

٤. د.ڕێدار، ساڵی ٢٠٠٦، گۆڤاری سایك، ژمارە٥.

٥. صلاح حسن، گۆڤاری سایکۆلۆژیا ، سالا ٢٠٠٦، هژمارە٥

٦. ئەکرەمی میهرداد ،گۆڤاری تەوار، یەکێتی ژنانی کوردستان ساڵی٢٠٠٧،کۆمەڵناسیخێزان، چاپخانەی تەوار.

٧. سامان سیوەیلی،ساڵ٢٠٠٧،سایکۆلۆژیا.

٨. د.رەوشت رەشید ، گۆڤاری سایك، حوزەیرانی ٢٠٠٦ ،ژمارە٣

٩. عزەدین ئەحمەد، حوزەیرانی ٢٠٠٦، گۆڤاری سایك، ژمارە ٣

١٠. سۆزان جمال، ٢٠پایزی ٢٠٠٧، گۆڤاری تەوار.

١١. ن. محمد نەبیە، پسپۆری نەخۆشیە بۆماوەییەکان، پەرچەڤەی:ساکار جمال ، گۆڤاری زانستی سەردەم.

١٢. ن. ویندیگرانت،پەرچەڤەی شیرزادحسن، بڕوابەخۆبوون ڕازی بوو لەخودی خۆت ،گۆڤاری زانستی سەردەم

١٣. عوسمان یاسین،ساڵی ١٩٩٦ لێکۆڵینەوەیەك لەسەر ئافرەتو کێشەی کۆمەڵایەتی لەڕوانگەی (نەوال سەعداوی) ،گۆڤاری رەوشەن

ئینتەرنێت:

١٠. نيت برنامج دليل الطب البديل برعاية مركز الطب البديل بطنطا الحزن والكابة الاصدار الاول

Companion to psychiatry studies , 2004, p 662 –

(Mehran Zarghami, Alireza Khalilia , Deliberate self-burning in Mzandaran, Iran, March 2002, page 115-119)

http://www.bangewaz.com -http://www.rozhnama.com

فۆرمی زانیاری بۆ ئەوکەسانەی ڕووبەڕوی سوتان بونەتەوە

زانیاری گشتی

ناوی سیانی................................ **رەگەز**.........

١-تەمەنت چەندە؟٢٠ساڵ کەمتر ٢٠-٣٠ ٣٠-٤٠ ☐ ٤٠-٥٠ ☐ ٥١ **بەرەوسەر** ☐ ☐ ☐

٢-شوێنی نیشتەجێ بوون؟ شار ☐ قەزا ☐ ناحیە ☐ لادێ ☐ ☐

٣-ئاستی خوێندەواری؟نەخوێندەوار نوسین و خوێندنەوە ☐ سەرەتایی ☐ ناوەندی ☐ ئامادەیی ☐ پەیمانگا ☐ زانکۆ ☐
خوێندنی باڵا ☐

٤- کاردەکەیت؟ بەڵێ ☐ نەخێر ☐

٥-جۆری کارەکەت؟ خوێندکار فەرمانبەر ☐ مامۆستا ☐ ئەندازیار ☐ دکتۆر ☐ ڕێکخراو ☐ هی‌تر ☐

٦- باری کۆمەڵایەتی: ☐ سەڵت ☐ خێزاندار ☐ بێوەژن ☐

٧-ژمارەی ئەندامانی خێزان: ٣کەمتر ☐ ٣-٦ ☐ ٦-٩ ☐ ٩زیاتر ☐

٨- جۆری نیشتەجێ بوون: کرێ ☐ موڵک ☐ هی‌تر ☐

زانیاری تایبەت :

٩- چۆنیەتی ڕووداوی سوتانەکە : خۆم سوتاند ☐ لەخۆوە سوتاند ☐

١٠- بەچی سوتایت : نەوت ☐ بەنزین ☐ کارەبا ☐ پەرمیز ☐ هی‌تر ☐

- بۆئەم جۆرەت هەڵبژارد : ....

١١- هۆکاری سوتاندنەکە چی بوو؟ کێشەی خێزانی ☐ کێشەی کۆمەڵایەتی ☐ کێشەی ئابووری ☐ هی‌تر ☐

١٢- کاتی سوتانەکە کەی بوو؟ بەیانی زوو نیوەڕۆ ☐ ئێوارە ☐ شەو درەنگ ☐

١٣- ئایا پەشیمان نیت لەوەی کەسوتاویت: بەڵێ ☐ نەخێر ☐

١٤-ئەگەر (نەخێر)ە بۆچی پەشیمان نیت؟..

١٥- خەتەریەکانی دوای خۆسوتاندن چیە؟

کێشەکان زیاد ئەکات ☐ تێکچوونی جەستەیی ☐ تێکچوونی‌باری‌دەروونی ☐ دابڕان لەکۆمەڵ ☐ کاریگەری لاوەکی ☐ هەمووی ☐

١٦- دوای چاکبونەوەی سوتاندنەکە ئەشتەرگەری بۆ جوانکاری ئاسەواری سوتاندنەکە دەکەیت؟ بەڵێ ☐ نەخێر ☐

١٧- ئایا پێش خۆسوتاندنت هانات بۆ کەس برد بۆچارەسەری کێشەکەت بەڵێ ☐ نەخێر ☐

١٨- ئەگەر بەڵێ ئەو کەسە چی تۆیە؟..

١٩-ڕێژەی سوتاوییەکەت چەندە؟ پلە یەک ☐ پلەدوو ☐ پلە سێ ☐

٢٠-بەڕای‌تۆ بۆچی ئەوکەسانە ڕێگەی خۆسوتاندن هەڵئەبژێرن بۆ خۆکوشتن؟

بۆتۆڵە کردنەوە بۆبەدەستهێنانی‌سۆزی بەرامبەر ☐ بۆترساندنی‌دەوروبەر ☐

بڕوای‌وایە چارەسەرەبۆکێشەکانی ☐ هی‌تر ☐

٢١- پێش خۆسوتاندنت هانات بۆ کێ برد بۆچارەسەری کێشەکەت دادگا ☐ پۆلیس ☐ ڕێکخراوی‌ژنان ☐ خزم ☐

٢٢- ڕێنماییت چیە بۆئەوکەسانەی ئەیانەوێت خۆیان بسوتێنن؟

هانابردن بۆ ڕێکخراوی ژنان لەکاتی کێشەکانیاندا ☐ باسکردنی کێشەکەی لای‌کەسێکی‌متمانەپێکراو ☐ خۆ مەشغوڵکردن بەشتێکی ترەوە وەک
گوێگرتن لەمۆسیقاوگۆرانی ☐ هی‌تر ☐

ئیمزا

خۆی .... هاوڕێ..................

یەکێتی ژنانی کوردستان

بەشی تەندروستی

لەزنجیرە بڵاوکراوەکانی یەکێتی ژنانی کوردستان

*ژن لەسەردەمی دیموکراسیدا- و/ سۆزان جەمال

*ئەنفالی سێو کاریگەرییەکانی لەسەر ژنی پاشماوەی ئەنفال

توێژینەوەی/ هێمن باقر عەبدول   بەرهەم عومەر عەبدوڵڵا

*روخساری ژن لەئوستراليا

*روخساری ژن لەتالەند

*روخساری ژن لەژاپۆن

و/ شەیدا سەلاّح

*حەریم لەکۆشکەکانی عوسمانیدا- و/ لەیلا عەلی

*گوناهەکانی ژن بوون و ستەمەکانی جەستە- و/ لەیلا عەلی

*عەشق وخۆشەویستی لەنێوان وەهم و واقیعدا- نووسینی: سەروەر کەریم

*ژن لەبازنەیەکی داخراودا- نووسینی: کنێر عەبدوڵڵا

*جەلاد ستەم دەکات قوربانی لۆمە دەکرێت- و/ شۆڕش محەمەد حسێن

*پێگەی ژن لەکۆمەڵگەی کوردیدا- نووسینی: کنێر عەبدوڵڵا

*بێ یاریی هیچ گەشەکردنێك نییە- و/ سەمەدی مەلا ئەحمەد

* فەرهەنگی ژن لەنێوان کۆیلەبوون و شیعردا- نووسینی: شیرین تاهیر

*تابەیانی- نووسینی: لەیلا سیمایی

* کارابوونی ژنان لەبواری کاری بەرهەمهێنەردا- و/ کامیل قەرەداخی

*کاریگەریی ژینگەکانی کارکردن لەسەر کچانی ئیشکەر- کاروان نوورەیی

*گوانەهە سپییەکانی باران- ئاورین فەرەیدون

ئازارەکانی من- پرۆژەی بەشی تەندروستی یەکێتی ژنانی کوردستان

بیرەوەرییەکانی ژنانی شاخ

ژن و سۆسیایزم — وەرگێڕانی: ماردین جەلال

*قاقڕ_ وەرگێڕانی: عەلی بیروەندیی

* زیندەسوتێنراو- وەرگێڕانی: نوری کەریم

*ئایدز- ئامادەکردنی: د.عبدالفتاح حمە رحيم هەورامی

*گولێك لەبیابانی ئەفریقا- وەرگێڕانی: نوری کەری

*کوشتنی ژنان لەئاماری میدیاکانەوە — کنێر عەبدوڵڵا